

శ్రీమతి తిరువెంగళమ్మ గారితో శ్రీమాన్ శ్రీభాష్యం అప్పలాచార్య స్వామి

రామాయణ రహస్యజ్ఞం రమ్యవాక్య విశారదం
అనంత గుణ సంఘాతం అప్పలార్య మహం భజే

మహామహోపాధ్యాయ, ప్రవచన శిరోమణి, ఉభయ వేదాంత ప్రవక్తకులు

శ్రీమాన్ శ్రీ భాష్యం అప్పలాచార్య స్వామి

జననం :
తేది 06-04-1922 శ్రీరామనవమి

పరమపద ప్రాప్తి :
తేది 07-06-2003 జ్యేష్ఠ శుక్ల అష్టమి

దివ్య సన్నిధికి స్మృత్యంజలి

ఇట్లు
భగవత్ భాగవతదాసుడు

కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

తాత్పర్య సహిత
నిత్య ప్రార్థనా శ్లోకములు
మరియు హనుమాన్ చాలీసా



సీత క్షేమమను శుభవార్త నేడు మారుతి నాకు తెలుపకుండిన
నేటితోడ మా రఘుకులమంతా అంతరించి యుండెడిది కదా!
మమ్మీతీరున ఉద్ధరించిన మారుతికి ఏమివ్వగలనని?
సర్వమిదేనని కౌగిట చేర్చెను హనుమంతుని ఆజానుబాహుడు!

సంకలనం
కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్



తల్లి అంజనాదేవి, తండ్రి కేసరిలతో బాల ఆంజనేయస్వామి

ఆస్తిక మహాశయులకు విన్నపము

శ్రీరామచంద్రుని దర్శనమే పరమావధిగా తపించిన గోస్వామి తులసీదాసు ఎన్నో పరీక్షలను తట్టుకొని ఎట్టకేలకు ఆంజనేయస్వామి దర్శనము పొంది ఆయన అనుగ్రహముతో 'శ్రీ సీతారామచంద్రుల' దర్శనమును తాను పొందుటేగాక కాశీపుర వాసులందరికీ కనుల పండుగగా కలిగించి ధన్యుడయినాడు. అటువంటి తులసిదాసు ఆంజనేయస్వామి తన ఎదురుగా ఉండగా ఆయన సన్నిధిలో పలికినది ఈ హనుమాన్ చాలీసా.

శ్రీరామాయణమునందు 'సుందరకాండము' ఎంతటి మహత్తు కలిగినదో ఈ 'హనుమాన్ చాలీసా' కూడ అంతే మహత్తు కలిగినది. ఆంజనేయస్వామిని కొలిస్తే అందరి దేవుళ్ళను కొలిచినట్లేనని బ్రహ్మదేవుడితో సహా అందరు దేవతలు తెలిపారు. అందుచేతనే ఆంజనేయస్వామిని సర్వదేవతా స్వరూపుడని యావద్భారతదేశములోని అన్ని భాషల వారూ, మతముల వారూ ఈ 'హనుమాన్ చాలీసా'ని అనునిత్యం పారాయణ చేస్తున్నారు. వివిధ ప్రాంతీయులు తమ ప్రాంతీయ పరముగా ఇందులో కొన్ని అక్షరములను మార్చుకున్నా, అంత్య ప్రాసలతో కూడి, అనేక మంత్రాక్షరములతో నిండి వుండి, మనస్సు పెట్టి చదివేకొద్దీ ఉత్తేజము కలిగి 'స్వామి' అనుభూతి కలుగుతుంది. శ్రీరామకథతో నిండివుండుట చేత 'స్వామి' మనలను త్వరగా ఆవహిస్తారు.

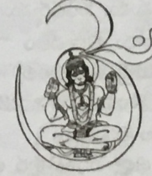
గత 35 సంవత్సరములుగా లక్షలకుపైగా పారాయణ చేయుటచేత కలిగిన స్ఫూర్తితో 'లక్షప్రతుల హనుమాన్ చాలీసా వితరణ యజ్ఞము' సంకల్పించబడి, యిప్పటికి 1,16,000 ప్రతులు వితరణ జరిగి ఇప్పుడు మరొక 5,000 ప్రతులు వితరణకు సిద్ధముగా ఉన్నవి. హనుమాన్ చాలీసా అవధి భాషలోను మరియు శ్లోకములు సంస్కృతములోను ఉన్నప్పటికీ వాటన్నిటికీ తాత్పర్యములు ఉండుట చేత మనకు అర్థమయి భావముతో చదువుటకు, తద్వారా భగవంతుని అనుగ్రహము పొందుటకు సులభముగా ఉన్నవి. సాధనకు మార్గదర్శక సూత్రాలు ఉండుటచేత ఆచరించిన వారికి ఫలితము త్వరగా కలుగుతుంది.

ఇట్లు
భగవద్భాగవతదాసుడు
కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

విశాఖపట్నం
తేది 08-04-2014

'నాదోపాసకులు', 'శ్రీ సీతారాముల ఆరాధకులు', 'అసాధ్య సాధక సాధనపరులు', 'శ్రీహనుమాన్ చాలీసా పారాయణ ప్రవీణ', 'శ్రీ మారుతీ పదభక్త', 'శ్రీమారుతీ యక్షగాన ప్రవీణ', 'గాన సరస్వతీ పుత్ర', 'గానరత్న', 'గాన గంధర్వ', 'సుందరకాండ కథాగాన శిరోమణి', 'అర్థసహస్ర సుందరకాండ కథాగాన శిరోమణి', 'ఆధ్యాత్మిక తత్త్వజ్ఞాన శిరోమణి'

తాత్పర్య సహిత
నిత్య ప్రార్థనా శ్లోకములు
మరియు శ్రీ హనుమాన్ చాలీసా



శ్లోకము : ఆంజనేయః పూజితశ్చేత్, పూజితా స్సర్వదేవతాః ।
హనుమన్మహిమా శక్యో, బ్రహ్మణాపిన వర్ణితుమ్ ॥

తాత్పర్యము: ఆంజనేయస్వామిని పూజిస్తే సమస్త దేవతలను పూజించినట్లే. బ్రహ్మదేవుడు గూడ వర్ణింపజాలని మహిమ హనుమన్మహిమ.

కృతజ్ఞతాంజలులు

మొదటి శ్రీరామకోటి సేకరణ పూర్తి అయిన సందర్భముగా 1986లో పరిచయమైన నాటి నుండి ఈ సాధకుడు తలపెట్టిన ప్రతీ దైవకార్యమునకు మంగళాశాసనములు చేస్తూ తన కుటుంబసభ్యులే కాకుండా భగవంతుని ఆరాధన చేసే వారందరూ తన సంతతే అన్న విశాల భావంతో ఎంతో మందిని ఆదరించి పరమపదమునలంకరించిన **శ్రీమాన్ శ్రీభాష్యం అప్పలాచార్య స్వామి వారికీ,**

1978 నుండి నేటి వరకు ఈ సాధకునిచే వేలాది కార్యక్రమములు ఏర్పాటు చేసినవారికీ, వేలాది సత్కారములు, వందలాది సన్మానములు చేసినవారికీ, అనేక బిరుదులు ప్రదానము చేసిన వారికీ, వేలాది కార్యక్రమములకు సహకరించిన ఎంతోమంది వాద్య కళాకారులకూ,

ఈ చిన్ని పుస్తకములోని సంస్కృత శ్లోకములనూ, వాటి తాత్పర్యములనూ తీర్చిదిద్దిన స్వామిభక్తి పరాయణులు, పూజ్యులు, సజ్జన ధార్మిక వేదిక అధ్యక్షులు అయిన బ్రహ్మశ్రీ పూడిపెద్ది లక్ష్మణమూర్తి గారికీ,

ఈ పుస్తకాన్ని యింత అందంగా ముద్రించి యిచ్చి స్వామి సేవకు సహకరిస్తున్న రామకృష్ణ ప్రింటర్సు అధినేత శ్రీ రామకృష్ణ గారికీ, ఈ పుస్తకములను నిత్యానుష్ఠానములో పెట్టుకొని సాధన చేస్తున్న వారికీ, అందరికీ కృతజ్ఞతలు.

కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

చాలీసా ప్రచారమే వారి జీవిత లక్ష్యం. కీర్తికోసం, ధనంకోసం ఆశపడి చేసే స్వభావం కాదు వారిది. వారిప్పుడు ఒక 'లక్ష హనుమాన్ చాలీసా' పుస్తకములు ముద్రింపించి భక్తులచే పఠింపజేసి వారికియ్యవలెనని సంకల్పించిరి.

హనుమ ప్రేరణము వ్యర్థము కాదు. జరిగి తీరుతుంది. ఇందులో భాగస్వామ్యము లభించుట కొందరికి మాత్రమే సాధ్యము. అందరూ యిందులో పాల్గొని తరించవలెనని ఆకాంక్షించుచున్నాము.

ప్రారంభించేదాకా మన ప్రయత్నం. కానీ తరువాత అది ఎక్కడ ఆగుతుందో, ఎప్పుడు ఆగుతుందో తెలియదు. అఖండంగా సాగుతుంది. హనుమయే అనుగ్రహించిన నాడు అడ్డేమిటి? తప్పక చేయిస్తాడు. సందేహము లేదు.

వారు ధన్యతనంది ఎందరినో ధన్యులను చేసే భాగ్యం వారికి లభింప జేయాలని శ్రీ సీతారామచంద్ర ప్రభువును, హనుమను, శ్రీ తులసీదాసు గోసాయి వారినీ ప్రార్థిస్తున్నాను.

ఇట్లు
తేది 7-1-1999
శ్రీమాన్ శ్రీ భాష్యం అప్పలాచార్య స్వామి
లక్ష్మివారం

మనసులోని మాట

భక్తి పెరుగుతున్నది. పర్వదినములలో దేవాలయాలు భక్తులతో నిండుతున్నాయి. అనేక ఆధ్యాత్మిక కేంద్రములు, మాసపత్రికలు, పక్ష పత్రికలు, వార పత్రికల ద్వారా భక్తులకు భగవంతుడి గురించి, భక్తితత్త్వము గురించి తెలియజేస్తూనే ఉన్నాయి. పీఠాధిపతుల వంటివారు తమ పీఠాలు వదలి ప్రజల మధ్యకు వచ్చి తమ ఉపన్యాసముల ద్వారా భక్తులకు అనేక విషయాలను తెలియజేస్తున్నారు.

గత 27 సంవత్సరములుగా ఈ సాధకుడు ఇటువంటివి కొన్నింటిని వ్రాసి ఉంచుకొని వాటి ద్వారా సాధనను కొనసాగిస్తూ వెనక్కి తిరిగి చూసుకుంటూ పెద్దవారి ఆశీస్సులతో మనుగడ సాధిస్తున్నాడు.

పూర్వము నుండి భక్తులు దీక్షలు చేపట్టడము జరుగుతున్నది. అప్పుడు 'అంతర్ముఖము'గా సాధనలు చేసేవారు. అక్షర లక్షలుగా మంత్ర పురశ్చరణ చేసేవారు. నైతిక బాధ్యతలు నెరవేరుస్తూ పూజలు, పునస్కారములు, జపములు, హోమములు నియమిత కాలములో నియమిత సమయములలో చేస్తూ ఆధ్యాత్మిక శక్తిని పెంపొందించుకునేవారు.

ఇప్పుడు దీక్షలు 'బహిర్ముఖము'గా చేస్తున్నారు. కొద్దిరోజులు బాహ్యామైన ఆడంబరములతో మాల ధరించి 'స్వామి' అని అందరిచేత పిలిపించు కుంటున్నారు. అటువంటివారు తాము అధికులమని భావిస్తూ, ఎక్కువగా మాట్లాడుతూ విలువైన సమయాన్ని కాలక్షేపముతో వృధా చేసుకుంటున్నారు. సూర్యాస్తమయం నుండి రెండు గంటల వరకు గల అమూల్య కాలమును వదలి అసురకాలములో పూజలు మొదలు పెడుతున్నారు. మన సనాతన సాంప్రదాయాలు తెలియకపోవుట చేతను, ఇది తప్పు అని ఎవరూ చెప్పకపోవుట చేతను జరుగుతున్నది. ఇది విమర్శగా భావించవద్దు.

ఆర్తి గలవారు, నిజమైన భక్తి కలవారు, ఆరాధనపరులు, సరిఅయిన పద్ధతులు తెలియక అసంతృప్తితో ఉన్నవారు చాలామంది ఉన్నారు. అటువంటి వారి కోసం అనగా ప్రాథమిక దశలో ఉన్న ఈ సాధకుని వంటి వారి కోసం ఈ చిన్న పుస్తకము గురుదేవులు ఆంజనేయస్వామి కరుణతో ముద్రించబడింది. ఈ పుస్తకము సహాయముతో మీ సాధనను కొనసాగించండి. ప్రతీ విషయము మీద, ప్రతి అంశము మీద ఆలోచించి స్మరణ, మనన, నిధి, ధ్యాసలతో ఆధ్యాత్మిక ప్రపంచములో పురోగమించండి. మీ ఆరాధ్యదైవానికి సన్నిహితులు అవండి. ఈ పుస్తకముపై మీ అభిప్రాయాన్ని తెలియజేయండి. అనేక మంగళాశాసనములతో...

భగవత్భాగవతదాసుడు
కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

తేది : 18-04-2005

నిత్యసాధన సోపానాలు

1. బ్రాహ్మీముహూర్తము (సూర్యోదయమునకు ముందు 2 గంటల నుండి బ్రహ్మీముహూర్తము) లో నిద్ర నుండి మేల్కొనవలెను.

2. నిద్రలేచిన వెంటనే ప్రక్క (శయ్య) మీద నుండి కనులు మూసికొని మాతృదేవో భవ! పితృదేవోభవ! ఆచార్యదేవోభవ! అంటూ తల్లిదండ్రులను, గురువును ధ్యానించి, ఇష్టదైవమును ప్రార్థించవలెను. కనులు తెరచి అరచేతులను చూసుకుంటూ చేతి చివర లక్ష్మీదేవిని, మధ్యను సరస్వతిని, మొదట్లో గౌరీదేవిని ఊహిస్తూ ప్రార్థించవలెను.

3. **భూమాతకు వందనం :** మనలను నిత్యం భరిస్తున్న భూమాతను మనం పాదాలతో త్రొక్కుతున్నాం కనుక క్షమించమని వేడుకుంటూ పృథ్విని తాకి నమస్కరించవలెను.

4. నిద్రనుండి లేచిన వెంటనే కుండలోగాని, రాగి పాత్రలోకాని రాత్రి నిలువ ఉంచిన నీటిని 2, 3 గ్లాసులు త్రాగవలెను.

   ఆరుబయట బాగా గాలి తగులు ప్రదేశములో 5, 10 నిముషములు వయసును బట్టి శరీరమును పైకి క్రిందకు కదుపుతూ వ్యాయామము చేయవలెను.

5. అగ్ని, జల, సూర్య, వాయువులకు ఎదురుగా కాకుండా మల, మూత్ర విసర్జన చేయవలెను. ఆ సమయములో మాట్లాడుట, ఉమ్మివేయుట, రొప్పుట చేయకూడదు.

6. తూర్పు దిశగా దంతధావనము చేయవలెను. మనకు ఎదురుగా (తూర్పున) దేవతలు, కుడిప్రక్క (దక్షిణమున) పితృదేవతలు, వెనుక (పశ్చిమమున) ఋషులుంటారని శాస్త్రాలు చెపుతున్నాయి. కనుక నోటిని నీటితో పుక్కిలించి ఉమియుట, కడుగుకొనుట ఎడమవైపునకు (ఉత్తరదిశగా) చేయవలెను. టూత్ పేస్ట్, బ్రష్షులు వాడేవారు వారానికొకసారైనా వగరు, చేదు, కారం గల చండ్ర, కానుగ, వేప, ఉత్తరేణి పుల్లలను వాడినచో కనీసం 50 సం॥ల వరకు దంతములు కదలవు.

7. స్నానం ద్వారా శరీరశుద్ధి. ఎంతటి అలసట, నిస్సత్తువ ఉన్నా చన్నీళ్ళ స్నానం చేయగానే ఉత్సాహం, శక్తి వస్తుంది. కేవలం శరీర శుద్ధి మాత్రమే గాక శక్తిని కూడా పొందుతున్నాము. కాబట్టి స్నానమాచరించే ముందు జలమును తాకి నమస్కరించవలెను. శరీరం మీద నీరు ధారగా పడితే ఫలితం ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీరమంతా నిండియున్న రోమకూపాల యందున్న మురికిని, గోళ్ళయందున్న మురికిని, మర్మావయవముల యందున్న మురికిని సబ్బుతో పాటు మృదువైన గుడ్డతో శుద్ధి చేసుకొనవలెను. భగవంతుని అనుగ్రహము మనకు అందేది మన చర్మం ద్వారానే కనుక శరీర శుద్ధియందు అత్యంత శ్రద్ధ అవసరం. శరీరం మీద, జుత్తులోను తడిలేకుండా తుడుచుకొనవలెను.

   తలంటు స్నానము – ఆదివారము (సంతానము), సోమవారము (శాంతి) బుధవారము (ధనలాభం) – శనివారము (సర్వలాభం)లలో మాత్రమే చేయవలెను. చన్నీటి స్నానము చేయునప్పుడు ముందుగా తలను, వేడి నీటి స్నానము చేయునప్పుడు పాదములను తడుపుకొనవలెను.

8. **సూర్య నమస్కారము :**

   నమస్కార ప్రియో భానుః : స్నానం చేసిన తరువాత ప్రాణాధిష్ఠాత, ప్రత్యక్ష దైవం అయిన సూర్యభగవానునికి క్రిందటి రోజు పగలు, రాత్రి మనకు తెలిసీ తెలియకుండా చేసిన తప్పులను క్షమించి మన బుద్ధిని సరి అయిన మార్గములో పెట్టుమని వేడుకుంటూ 3 సార్లు దోసిలితో నీటిని అర్పించి నమస్కరించి కనీసం 5 నిముషాలైనా సూర్యుని లేత కిరణాలు మన శరీరాన్ని తాకేలా నిలబడాలి.

9. స్నానం చేసిన తరువాత తడి బట్టలతో గాని, తడి తువ్వాలుతో గాని పూజ చేయకూడదు. తెల్లనిపంచెగాని, లుంగీగాని, షరాయిగాని పొడిగా ఉన్నవి ధరించి మెడమీద కండువా గాని, తువ్వాలుగాని వేసికొని (మగవారు) హృదయమునకు ఆచ్ఛాదన లేకుండా హృదయపూర్వక పూజకు ఉపక్రమించాలి.

10. భ్రూమధ్యమున చందనము పెట్టుకొని దానిపై మన ఆచారము (సంప్రదాయము) ననుసరించి కుంకుమతో గాని, విభూతితోగాని, సింధూరముతో గాని బొట్టు పెట్టుకొనవలెను. అది చుక్కగా గాని, నిలువుగా గాని, అడ్డంగా గాని ఉండవచ్చును.

11. మన గృహములో దేవుని గది ప్రత్యేకముగా లేకపోయినా ఈశాన్య మూలవైపు గదిలో ఈశాన్యముగా తూర్పు గోడకు దేవుళ్ళ చిత్ర పటములు అమర్చుకోవలెను. మన ఇష్టదైవం ఫోటో మన హృదయానికి కళ్ళకు మధ్య ఎత్తులో మనకు ఎదురుగా ఉండేటట్లు అమర్చుకోవలెను.

12. నేలపై కూర్చొని పూజ చేయకూడదు. కదలని ఆసనంపై కూర్చొనవలెను. కఱ్ఱతో చేసిన పీట, బల్ల అయితే గుడ్డవేసి కూర్చొనవలెను. మఠము వేసుకొని, నిటారుగా కూర్చొనవలెను.

13. పూజకు ముందు దేవుడి ఫోటోలు శుభ్రము చేయవలెను. నిర్మాల్యములు అనగా ముందురోజు పూజచేసిన, అలంకరించిన పుష్పములు, పత్రములు బొటనవేలు, చూపుడు వేలుతో తీయవలెను. పూజ చేయునప్పుడు మధ్యవేలుకి ఉంగరము వేలికి మధ్యలో పుష్పాన్ని తీసుకుని హృదయ పూర్వకముగా సమర్పించునట్టు హృదయము సమీపము నుండి పూజ చేయవలెను.

14. అగరుబత్తీలు సువాసన గలవి మాత్రమే వినియోగించవలెను. ఉత్తర దిశగా ప్రత్యేక ఏర్పాటులో పెట్టవలెను. అరటిపండుకుగాని, నివేదన వస్తువులకు గాని అగరుబత్తి పెట్టకూడదు.

15. దీపారాధనకు నేయిగాని, నువ్వులనూనెగాని, కొబ్బరినూనె గాని వాడవచ్చును. కలపకూడదు. రెండు వత్తులు కలిపి దీపారాధనకు ఉపయోగించవలెను. దీపమును నేలపై పెట్టరాదు. దీపము తూర్పు ముఖముగ ఉంచితే ఆయువు వృద్ధియగును. ఉత్తరముఖముగ ఉంచితే ధనం అభివృద్ధియగును.

16. అరటిపళ్ళు, కొబ్బరికాయలు మొదలగు నివేదన వస్తువులు పూజకు ముందుగాని, చేసేటపుడు గాని, నివేదన చేసిగాని నేలపై పెట్టకూడదు.

17. దేవుని ఫోటోలు, ప్రతిమలు, సాలగ్రామం, తమలపాకులు నేలపై పెట్టరాదు. కర్పూరం నేలపై వెలిగించరాదు.

18. తల్లిదండ్రుల వద్ద కొడుకుగా, కొడుకు కూతుళ్ళ వద్ద తండ్రిగా, భార్యవద్ద భర్తగా, యీ విధంగా ఎవరి వద్ద ఎలా ఉండాలో అలా ఉండగలుగుతున్న వారు భగవంతుని వద్ద భక్తుడిగా ఉండటం అలవర్చుకోవలెను. మన భక్తి భగవంతుని కొరకే గాని సమాజంలో భక్తునిగా గుర్తింపుకోసం కాదు.

19. పానీయమైనా, ఫలహారమైనా, ఆహారమైనా తీసుకునేముందు భగవంతునికి అర్పించినట్టుగా సంకల్పించి ప్రసాదమును తీసుకున్నట్టుగా తీసుకోవలెను.

20. కడుపును నాలుగు భాగములు చేసి 2 భాగములు ఆహారమును (ఘన పదార్థములను) 1 భాగము ద్రవ పదార్థమును తీసుకొని 1 భాగమును గాలి ఆడుటకు వీలుగా వదలవలెను.

జీవాహారములు – అనగా కాయలు, పళ్ళు మొదలగునవి ఎక్కువగా తీసుకొనవలెను. మృతాహారములు – అనగా పచనము చేయబడినవి తగ్గించవలెను.

ప్రతి ఏకాదశినాడు ఒకపూట పూర్తి నిరాహారముగా ఉండవలెను. భోజనములో ముందుగా తీపి వస్తువులు, పిదప ఉప్పని వస్తువులు, అటుమీదట పుల్లనివి, కారంవి, తదుపరి చేదువి తినవలెను.

ఆయువు వృద్ధికి – తూర్పు ముఖముగాను, కీర్తికి – దక్షిణముఖముగాను, సంపదలకు – పశ్చిమ ముఖముగాను భోజనము చేయవలెను.

21. బాహ్యమైన ఆడంబరము లేకుండ చూడగానే పవిత్రమైన భావన కలిగినట్లుగా వస్త్రధారణ చేయవలెను.

22. దేవాలయాలలోను, గృహములలోను తప్ప ఎక్కడికి వెళ్ళినా పాదరక్షలు ధరించవలెను. మనం చేసే సాధనవల్ల మనలోనికి ఆధ్యాత్మిక శక్తి తరంగాలు మన శరీరం ద్వారా అందుతాయి. పాదరక్షలు లేకుండా తిరుగుట వలనను, నేలపై కూర్చుండుట వలనను, విద్యుత్తు ప్రసరించే వస్తువులను (ఇనుము, ఉక్కు, మెటలు వస్తువులను, ఇతరుల శరీరాలను) తాకుట వలనను రోజులో సంపాదించిన భగవంతుని అఖండశక్తి కొద్ది సెకెండ్లలో మన శరీరము నుండి పోవును.

23. చిత్తశుద్ధితో అంతఃపరిశీలన అభ్యసించవలెను. రాత్రి నిద్రపోయేముందు ఉదయము లేచిన దగ్గర నుండి రాత్రి నిద్రపోయేవరకు జరిగిన దినచర్యను మనోఫలకముపై సినిమారీలు వలె దర్శించి తప్పు ఒప్పులను బేరీజు వేసుకొని తప్పులను దిద్దుకుంటూ సాధన చేయవలెను. ఇది లేకపోతే బాండ శుద్ధిలేని పాకమువలె నిష్ప్రయోజనము.

24. ఏ కులమువాడైనా, ఏ మతమువాడైనా, ఏ జాతి వాడైనా అతడు అహంకారములేని భక్తుడయినచో అతనిని గౌరవించవలెను.

25. తల్లిదండ్రులను కుటుంబమును ఆదరించనివాడు, గురువు ద్వారా సాధన చేయనివాడు ఎన్ని జన్మలయిన ఫలితాన్ని పొందలేడు.

26. **ఉపవాసం** అనేది భగవంతుని కార్యంలో, నైతిక బాధ్యతలలో మునిగి ఆహారం తీసుకోకపోవడం. అంతేగాని **దైవచింతన చేయకుండా సరదాగా గడుపుతూ నిరాహారముగా ఉండటం మాత్రం కాదు.**

27. **జాగరణ** అనేది ఆ పర్వదినాలలో ప్రతీక్షణం వృధా చేయకుండా దైవస్మరణలోనే గడుపుతూ ఎన్నోరెట్లు ఫలితాన్ని పొందించే ప్రక్రియ. అంతేగాని ఆ పర్వదినమున **నిద్రించకుండా మేల్కొని ఉండి పూర్తిగా వినోద కార్యములలో పాల్గొనుట మాత్రం కాదు.**

28. ప్రతీదినం పూజ చేసేటప్పుడు అందరి దేముళ్ళను, దేవతలను స్మరించి మన ఆరాధ్యదైవాన్ని (ప్రధాన దేముడిని) ఎక్కువసేపు స్మరించవలెను. సంవత్సరములో కొద్దిరోజులు లేక కొద్ది నెలలు మాత్రమే పూజింపబడే దేముడు ఉండడు. 365 రోజులూ చేయదగ్గవారే ఉంటారు. ఏ దేముని పర్వదినమున ఆ దేవుని తప్పక పూజించవలెను.

29. మన ఆరాధ్యదైవం రూపాన్ని తదేక దృష్టితో గమనించి కళ్ళుమూసుకొని ఆ రూపాన్ని మన హృదయంలోగాని, మన రెండు నేత్రాలమధ్య (భృకుటి) బొట్టు పెట్టుకునే చోటనుగాని ప్రతిష్ఠించుకోవలెను. మనం కళ్ళుమూసినా, కళ్ళు తెరచినా, ఎక్కడికి వెళ్ళినా, ఏ సమయంలోనైనా ఆ రూపం మనకు ధ్యానించగానే మన మనోఫలకంపై కనిపించాలి. ఇది త్వరగా సాధించవలెను.

30. నియమపాలన, సమయపాలన, వినయ సంపన్నత, ఆత్మ విమర్శన, నిరహంకారము, శుభ్రత, దాతృత్వము, శరీర పరిశ్రమ, మిత భోజనం, మితనిద్ర, సత్సంగము, మిత భాషణము, మిత వ్యయము, గురు ముఖముగా దైవసేవ, నైతిక బాధ్యతల నిర్వహణ, సమాజసేవతో కూడిన సాధన మనలను భగవత్సాన్నిధ్యానికి చేరువ చేస్తుంది. లౌకిక ప్రపంచములో గుర్తింపు రాకున్నా ఆధ్యాత్మిక ప్రపంచములో గమ్యం దిశగా సోపానాలు ఎక్కుతారు.

31. నిత్యమూ హనుమాన్ చాలీసా పారాయణము, శ్రీరామ నామ లిఖితము జరగవలెను.

32. ఒక పుస్తకము ఎప్పుడూ దగ్గర ఉంచుకొని పెద్దలు చెప్పుతున్నప్పుడు విన్న మంచి విషయములను గాని, చదువుతున్న పుస్తకములో మనసుకు నచ్చిన సాధనకు అవసరమయిన మంచి విషయములను గాని అప్పటికి అప్పుడే వ్రాసుకొనవలెను. మరునాడు అవి చదివి వాటి గురించి ఆలోచించి ఆధ్యాత్మిక మార్గములో పురోగమించవలెను.

మానసికముగా, భౌతికముగా సిద్ధపడుట

(భక్తులు తమ తమ జీవన విధానాన్ని బట్టి పూజగాని, పారాయణగాని చేసే సమయాన్ని స్వయంగా నిర్ణయించుకొని తన నియమాన్ని తను అనుష్ఠించిన నలభైదినముల నుండి తను చేసే భగవంతుని కార్యమునకు సంబంధించిన "అధిష్ఠాన దేవతలు" ఆ భగవంతుని కార్యము మొదలయే కొద్ది క్షణాలకు ముందు అక్కడకు వేంచేస్తారని గ్రహించవలెను.

పూజగాని పారాయణగాని చేసే సమయాన్ని పూర్తిగా భగవంతునికి అంకితమివ్వాలి. ఆ సమయంలో యితర కార్యాలకు గాని, భావనలకు గాని వీలులేకుండా ఏ మాత్రం కల్తీ లేకుండా నిజాయితీగా వుండి భగవంతుని ప్రసన్నుని చేసుకునే నమ్రతతో, వినయముతో, ఆరాధనతో, ప్రశాంతమైన మనస్సుతో కూర్చొనవలెను.)



(త్రిమూర్త్యాత్మకమగు భగవంతుని ధ్యానించుచు యీ క్రింది మంత్రమును ఉచ్చరించవలెను).

హరిః ఓం   హరిః ఓం   హరిః ఓం

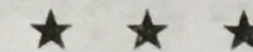
(పరిమళ భరితమైన అగరుబత్తీని వెలిగించి తనచుట్టూ, దేవతామూర్తుల చిత్రముల చుట్టూ చూపించి ఈశాన్యములో ఉంచవలెను. దీపం వెలిగించి వత్తిని తూర్పు ముఖముగా గాని ఉత్తరముఖముగా గాని ఉంచి నమస్కారం చేయవలెను)

సకల శుద్ధి ప్రక్రియ

(అపవిత్రముగ నుండినను పవిత్రముగ నుండినను ఏ అవస్థ యందుండినను ఎవ్వరు పుండరీకాక్షుడగు భగవంతుని ధ్యానము చేతురో వారు వెలుపలను లోపలను పరిశుద్ధులగుదురు – అనే భావం కలిగిన యీ క్రింది మంత్రమును భక్తులు ఉచ్చరించి తాము, తమ పరిసర ప్రాంగణము శుద్ధి అయినట్లు దృఢముగ సంకల్పించవలెను.)

అపవిత్రః పవిత్రోవా సర్వావస్థాం గతోపివా ।
యః స్మరేత్ పుండరీకాక్షం స బాహ్యాభ్యంతరశ్శుచిః ॥

పుండరీకాక్ష !   పుండరీకాక్ష !   పుండరీకాక్ష !



("దేవతలు వచ్చుటకును, రాక్షసులు వెళ్ళిపోవుటకును దేవతలు రావలెనని పిలుచుటకు గుర్తుగ నేను ఘంట వాయించుచున్నాను" అనే భావం కలిగిన యీ క్రింది మంత్రమును ఉచ్చరించుచు ఘంట వాయించవలెను.)

ఓం ఆగమార్థం తు దేవానాం గమనార్థం తు రక్షసాం ।
కుర్వే ఘంటారవం తత్ర దేవతాహ్వానలాంఛనం ॥

★ ★ ★

(ఏ పవిత్ర సాధనచేత దేవతలు తమను ఎల్లప్పుడును పవిత్రము చేసుకొనుచున్నారో, ఆ తేజస్సు చేత ఈ మంత్రాభిమాన దేవతలు నన్ను పరిశుద్ధునిగ జేతురు అను సంకల్పముతో యీ క్రింది మంత్రమును పలుకవలెను.)

ఓం యేన దేవాః పవిత్రేణ । ఆత్మానం పునతే సదా ।
తేన సహస్ర ధారేణ । పాపమాన్యః పునంన్తుమా ॥

★ ★ ★

("ఓ జలములార! మీరు ఆనందమునకు పుట్టినిల్లు. మీరు మమ్ములను బలవంతులుగ జేయుదురు గాక. మరియు గొప్ప సంతోషకరములయిన దర్శనములను మాకు కలుగజేతురు గాక!" – అనే సంకల్పముతో జలమును తాకి నమస్కరించి క్రింది మంత్రోచ్చాటన చేయవలెను)

ఓం ఆపో హి ష్ఠా మయోభువ స్తా న ఊర్జే దధాతన,
మహేరణా య చక్షసే ।

★ ★ ★

(భూలోకం, భువర్లోకం, సువర్లోకం, మహర్లోకం, జనలోకం, తపోలోకం, సత్యలోకం అనబడు సప్త లోకములును ప్రణవస్వరూపుడగు భగవంతుని ఉపాధులు.) (ఎయ్యది మా బుద్ధులను ప్రేరేపించునో అట్టి సూర్యభగవానుని దివ్యతేజస్సుని ధ్యానించుచున్నాను.) (ఓం కారమే ఆపత్త్వము, తేజస్త్వము, పృథివీ తత్త్వము, అమృతత్వము, బ్రహ్మము, భూర్భువస్సువర్లోకములు గూడ ఓం కారమే! అనే సంకల్పముతో ప్రాణాయామము చేస్తూ పలుకవలెను)

1. **ఓం భూః। ఓం భువః। ఓగ్ం సువః।**
   ఓం మహః। ఓం జనః। ఓం తపః। ఓగ్ం సత్యం।
2. **ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ।**
   ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ।
3. **ఓ మాపో జ్యోతీ రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భువ స్సువరోం ॥**

సనాతన సాంప్రదాయ స్మరణములు

శ్లోకం : **భక్తిః శ్రద్ధా భావనాచ ।**
పూజానాం జీవ ఉచ్యతే ॥

తాత్పర్యం : చేయబడు పూజా కార్యమునకు (1) భక్తి (2) శ్రద్ధ (3) భావన అనునవి జీవములుగా పేర్కొనబడినవి. గాన వానిని పెంపొందించుకొనవలెను.

శ్లోకం : **భగవతో బలేన – భగవతో వీర్యేణ ।**
భగవతస్తే జసా – భగవతః కర్మ కరిష్యామి ॥

తాత్పర్యం : నేను భగవంతుని యొక్క బల, వీర్య, తేజస్సుల సహాయంతో భగవంతుని కర్మ చేయుచున్నాను.

శ్లోకం : **నారాయణ సమారంభాం – శంకరాచార్య మధ్యమాం ।**
అస్మదాచార్య పర్యంతాం – వందే గురు పరంపరామ్ ॥

తాత్పర్యం : (మనది శాశ్వతమైన సనాతన ధర్మం. దీనికి భగవానుడైన నారాయణుడు ఆదిగురువు. ఆయన నుండి బ్రహ్మ, బ్రహ్మ నుండి వశిష్ఠుడు, వశిష్ఠుని నుండి శక్తి, శక్తి నుండి పరాశరుడు, పరాశరుని నుండి వ్యాసుడు, వ్యాసుని నుండి శుకుడు, శుకుని నుండి గౌడపాదుడు, గౌడపాదుని నుండి గోవింద భగవత్పాదులు, అతని నుండి ఆది శంకరాచార్యులు సనాతన ధర్మాన్ని స్వీకరించి కొనసాగించారు.

ఆ సనాతన ధర్మాన్ని ఉపదేశించి మనలను ఆధ్యాత్మిక మార్గములో నడిపించే గురువే గురువు)

నారాయణుని మొదలుకొని మధ్యను శంకరాచార్యులవారు, పిమ్మట మళ్ళీ మన గురువు వరకూ ఉన్న గురు పరంపరకు నమస్కారము అని గురువందనము.

శ్లోకం : **మాతా పితృభ్యో నమః, శ్రీలక్ష్మి నారాయణాభ్యాం నమః,**
ఉమా మహేశ్వరాభ్యాం నమః, వాణీ హిరణ్యగర్భాభ్యాం నమః,
శచీ పురందరాభ్యాం నమః, అరుంధతీ వశిష్ఠాభ్యాం నమః
శ్రీ సీతారామాభ్యాం నమః, సర్వేభ్యో మహాజనేభ్యో నమః,
ఇంద్రాది అష్ట దిక్పాలక దేవతాభ్యో నమః

తాత్పర్యం : తల్లిదండ్రులకు నమస్కారము, లక్ష్మీనారాయణులకు నమస్కారము, ఉమామహేశ్వరులకు నమస్కారము, వాణీ చతుర్ముఖులకు నమస్కారము, శచీదేవీ ఇంద్రులకు నమస్కారము, అరుంధతీ వశిష్ఠులకు నమస్కారము, సీతారాములకు నమస్కారము, మహానుభావులందరికీ నమస్కారము, ఇంద్ర, అగ్ని, యమ, నిఋతి, వరుణ, వాయు, కుబేర, ఈశాన అను 8 దిక్కుల అధిపతులకు నమస్కారము.

శ్లోకం : **పూర్వ జన్మాను శమ నాజ్జన్మ మృత్యు నివారణాత్ ।**
సంపూర్ణ ఫల దానాశ్చ - పూజేతి కథితాప్రియే ॥

తాత్పర్యం : కులార్ణవ తంత్రంలో 'పూజ' పూర్వజన్మల కర్మవాసనలను నశింపజేసి, జనన మరణ చక్రాన్ని ఆపివేసే, సంపూర్ణ ఫలాన్నిచ్చే చర్యగా నిర్వచిస్తారు.

శ్లోకం : **కరాగ్రే వసతే లక్ష్మీః - కరమధ్యే సరస్వతీ ।**
కరమూలేతు గౌరీచ - ప్రభాతే కరదర్శనమ్ ॥

తాత్పర్యం : మన కుడిచేయి వేళ్ళయందు లక్ష్మియు, మధ్య భాగమునందు సరస్వతియు, మూలమందు గౌరీదేవియు వసించియుందురు. గాన నిద్ర నుండి మేల్కొనిన వెంటనే అరచేతిని చూచుకొనవలెను.

శ్లోకం : **సముద్రవసనే దేవి! - పర్వత స్తనమండలే ।**
విష్ణుపత్ని! నమస్తుభ్యం! - పాదస్పర్శం క్షమస్వమే ॥

తాత్పర్యం : నిద్రలేచిన వెంటనే పాన్పు నుండి కాలు నేలపై పెట్టేముందు, సముద్రాలు వస్త్రముగా గల, పర్వతములు పాలిండ్లుగా గల విష్ణుపత్నియైన ఓ భూదేవీ! నీపై కాలుమోపుతున్నాను. నీకు నమస్కారము. నా పాదస్పర్శను క్షమింపుము.

శ్లోకం : **గంగేచ యమునే చైవ - గోదావరి సరస్వతి।**
నర్మదే సింధు కావేరి - జలేఽస్మిన్ సన్నిధింకురు ॥

తాత్పర్యం : ఓ గంగా యమునా గోదావరీ సరస్వతీ నర్మదా సింధూ కావేరీ మహానదులారా! నేను స్వీకరిస్తున్న ఈ పవిత్రమైన జలాలలో మీరందరూ సన్నిహితులు కండి. (దేవతార్చన సమయాల్లో, స్నాన వేళల్లో హిందువులంతా జల పవిత్రీకరణానికి భక్తిశ్రద్ధలతో పఠించే పుణ్యశ్లోకం ఇది.)

శ్లోకం : **ఉదయేచ స్వయం బ్రహ్మా - మధ్యాహ్నే తు మహేశ్వరః ।**
సాయంకాలే మహావిష్ణుః - త్రయీమూర్తిః దివాకరః ॥

తాత్పర్యం : సూర్య భగవానుని ఉదయ కాలమునందు బ్రహ్మస్వరూపముగను, మధ్యాహ్నమున మహేశ్వరుడుగను, సాయంకాలమునందు విష్ణురూపునిగను ఇట్లు త్రిమూర్తుల రూపముగ భావించి నమస్కరించవలెను.

శ్లోకం : **అవిద్యాది తమః పుంజ విచ్ఛేదన పటీయసీ ।**
పరబ్రహ్మ స్వరూపా త్వం దీపలక్ష్మి! నమోస్తుతే ॥

తాత్పర్యం : అవిద్యవంటి చీకట్లను నాశనం చేయగలిగే శక్తివి నీవు. ఓ దీపలక్ష్మీ! నీవు పరబ్రహ్మ స్వరూపురాలవు. నీకు నమస్సులు.

శ్లోకం : **బ్రహ్మ మురారీ స్త్రిపురాంతకారీ, భానుః శశీ భూమిసుతో బుధశ్చ।**
గురుశ్చ శుక్రః శని రాహు కేతువః, కుర్వంతు సర్వే మమ సుప్రభాతమ్॥

తాత్పర్యం : బ్రహ్మ, విష్ణు, శివ, సూర్య, చంద్ర, కుజ, బుధ, గురు, శుక్ర, శని, రాహు కేతువులందరూ నాకు సుదినమును కల్పింతురు గాక!

శ్లోకం : **పృథ్వీ సగంధా సరసాస్తథాపః, స్పర్శీచ వాయుర్జ్వలితం చ తేజః।**
నభః స శబ్దః మహతా సహైవ, కుర్వన్తు సర్వే మమ సుప్రభాతమ్॥

తాత్పర్యం : గంధవతి అయిన భూమి, రసవంతులైన జలములు, స్పర్శ గుణము కలిగిన వాయువు, జ్వలించెడి అగ్ని, శబ్దమయమైన ఆకాశము మహత్తత్వము - ఇవన్నియు నాకు శుభోదయమును కల్పించుగాక!

శ్లోకం : **లాభస్తేషాం జయస్తేషాం - కుతస్తేషాం పరాభవః।**
ఏషామిందీవరశ్యామో । హృదయస్థో జనార్దనః ॥

తాత్పర్యం : నల్ల కలువరంగు గల జనార్ధనుని ఎవరు హృదయముల యందు ధ్యానించుచున్నారో వారికి నిరంతరమూ లాభము, జయము కలుగును. ఎప్పుడూ అవమానింపబడరు.

శ్లోకం : **యత్ఫలం నాస్తి తపసా - న యోగే న సమాధినా ।**
తత్ఫలం లభతే సమ్యక్ - కలౌ కేశవ కీర్తనాత్ ॥

తాత్పర్యం : తపస్సుచేతను, యోగము చేతను, సమాధిచేతను లభించని ఫలము కలియుగమున కేవలము కేశవ కీర్తన చేతనే లభించును.

శ్లోకం : ధ్యాయన్ కృతే యజన్, యజ్ఞైః త్రేతాయాం, ద్వాపరేఽర్చనాత్।
యదాప్నోతి దతాప్నోతి । కలౌకేశవ కీర్తనాత్ ॥

తాత్పర్యం : కృతయుగంలో ధ్యానాదుల చేతను, త్రేతాయుగంలో యజ్ఞయాగాదుల చేతను, ద్వాపరయుగంలో అర్చనాదులచేతను ఏ పరమపదవి లభిస్తుందో అది కలియుగాన కేశవుని కీర్తించడం చేతనే లభిస్తుంది.

శ్లోకం : మత్స్యః కూర్మో వరాహశ్చ నారసింహశ్చ వామనః ।
రామో రామశ్చ రామశ్చ బుద్ధః కల్కిరేవచ ॥

తాత్పర్యం : మత్స్యావతారము, కూర్మావతారము, వరాహావతారము, నారసింహావతారము, వామనావతారము, పరశురామావతారము, రామావతారము, బలరామావతారము, బుద్ధావతారము, కల్కి అవతారము. ఇవీ నారాయణుని దశావతారములు. ఈ అవతార స్మరణతో నారాయణుని ధ్యానిస్తే కార్యసిద్ధి, ఇష్టసిద్ధి లభిస్తాయి.

శ్లోకం : శివాయ విష్ణురూపాయ । శివ రూపాయ విష్ణవే ।
శివస్య హృదయం విష్ణు । ర్విష్ణోశ్చ హృదయం శివః ॥

తాత్పర్యం : విష్ణు స్వరూపుడయిన శివునకు, శివ స్వరూపుడైన విష్ణువునకు నమస్కారము. శివుని హృదయమే విష్ణువు. విష్ణుని హృదయమే శివుడు. అనగా ఉభయులకును భేదము లేదని భావము.

శ్లోకం : చిక్కడు వ్రతముల క్రతువుల,
చిక్కుడు దానముల శౌచ శీల తపములన్ ।
జిక్కడు యుక్తిని - భక్తిని
జిక్కిన క్రియ నచ్యుతుండు సిద్ధము సుండీ ।

తాత్పర్యం : భగవంతుడు వ్రతములకూ, దానములకూ, శౌచ శీలములకూ, జప తపాదులకూ, యుక్తులకూ చిక్కడు. భగవంతుడు గాఢమైన భక్తికి వశ్యుడవుతాడు.

శ్లోకం : చరితం రఘునాధస్య - శతకోటి ప్రవిస్తరమ్ ।
ఏకైక మక్షరం ప్రోక్తం - మహాపాతక నాశనమ్ ॥

తాత్పర్యం : నూరుకోట్ల శ్లోకములతో విస్తరించియున్న శ్రీరామచంద్రుని పవిత్ర చరిత్రము నుండి ఒక్కొక్క అక్షరము నోట ఉచ్చరించినను మహాపాపములు నశించును.

శ్లోకం : పై క్షణమెట్టులుండునో, విపత్తులె వచ్చునో, చావె మూడునో
యేక్షణమందునేమొ భవదిచ్ఛ యెటుండునో గాన నిప్పుడే
యక్షయమౌ త్వదీయ భజనామృతమున్ నను(గ్రోలనిచ్చి పా
ప క్షయమౌ విధంబుగ గృపన్ నను జూడుము జానకీపతీ !

తాత్పర్యం : సీతాపతీ! రామా! ముందు వచ్చేది ఎలా ఉంటుందో ఏమి చెప్పగలము! పెద్ద ఆపద రావచ్చు! లేక చావె మూడవచ్చు! నీ సంకల్పము ఏమిటో చెప్పలేము. కాబట్టి అక్షయమగు నీ యొక్క భజనామృతమును నన్ను గ్రోలనిచ్చి నా పాపాలు బాపి నన్ను కరుణతో కాపాడవయ్యా! రామచంద్రా!

శ్లోకం : నమామి - నారాయణ పాద పంకజం
కరోమి - నారాయణ పూజనం సదా ।
వదామి - నారాయణ నామ నిర్మలం
స్మరామి - నారాయణ తత్త్వమవ్యయం ॥

తాత్పర్యం : శ్రీమన్నారాయణుని పాద పద్మములకు నమస్కరింతును. నారాయణుని సదా పూజింతును. నారాయణుని నిర్మలమగు నామమును కీర్తింతును. శాశ్వతమగు నారాయణుని తత్త్వాన్ని స్మరింతును.

శ్లోకం : ఆహార నిద్ర భయ మైథునం చ, సమాన మేతత్ పశుభిః నరాణాం।
ధర్మోహి తేషా మధికో విశేషో, ధర్మేణ హీనః పశుభిః సమానః ॥

తాత్పర్యం : ఆహారం, నిద్ర, భయం, మైథునం మానవులకు పశువులకు సమానమే! కాని, ధర్మ వర్తనమే మానవునికి విశేషగుణము. ధర్మం లేనివాడు పశు సమానుడు.

శ్లోకం : మితనిద్రా మితాహారో మితవస్త్ర పరిగ్రః।
మితభాషణమేకైకం భూషణం బ్రహ్మచారిణమ్ ॥

తాత్పర్యం : బ్రహ్మచర్య వ్రతమును సలుపువానికి మితముగ నిద్రయు, బ్రహ్మచర్య వ్రతమునకు భంగము కలుగని మితమైన ఆహారమున్ను, నిరాడంబరమై శుభ్రమైన వస్త్ర పరిగ్రహమున్ను, మిత భాషణమున్ను కలిగి ఉండవలెను.

శ్లోకం : దేవే తీర్థేచ మంత్రేచ దైవజ్ఞే భేషజే గురౌ ।
యాదృశీ భావనా యస్య సిద్ధిర్భవతి తాదృశీ ॥

తాత్పర్యం : దేవతయందుగాని, తీర్థమందుగాని (బ్రహ్మనిష్ఠునియందు గాని), మంత్రమందుగాని, జ్యోతిష్యునియందుగాని, వైద్యునియందు గాని, గురువునందుగాని, ఎవరెవరికి ఎట్టి భావన యుండునో ఆ ప్రకారమే ఫలితము సిద్ధించుచుండునని శాస్త్ర ప్రమాణము.

శ్లోకం : జిహ్వాగ్రే వర్తతే లక్ష్మీః – జిహ్వాగ్రే మిత్ర బాంధవాః ।
జిహ్వాగ్రే బంధనం ప్రాప్తిః – జిహ్వాగ్రే మరణం ధృవమ్ ॥

తాత్పర్యం : నాలుక వలన సంపద, బంధుమిత్రులు, సంకెళ్ళు, మరణం కలుగుతాయి. (మనకు మంచి చేసినా కీడు చేసినా అది మన నాలుకయే కనుక మంచి, మృదువైన, ప్రియ సంభాషణలతోనే ఎదుటివారిని ఆకట్టుకోవాలి. మనసుకు బాధ కలిగించే మాటలవల్ల కలిగే సంకెళ్ళను, మరణమును దగ్గరకు రానీయరాదు)

శ్లోకం : ఉత్సాహం సాహసం ధైర్యం బుద్ధి శ్శక్తిః పరాక్రమః ।
షడేతే యత్ర తిష్ఠంతి తత్ర దేవోహి తిష్ఠతి ॥

తాత్పర్యం : ఉత్సాహము, సాహసము, ధైర్యము, సద్బుద్ధి, శక్తి, పరాక్రమము– అను ఆరు సుగుణాలున్నచోట సాక్షాత్ భగవానుడు నివాసముండును.

శ్లోకం : హనుమన్నితి మే స్నానం, హనుమన్నితి మే జపః ।
హనుమన్నితి మే ధ్యానం, హనుమన్కీర్తయే సదా ॥

తాత్పర్యం : హనుమ నామమే నా స్నానం. హనుమ నామమే నా జపం. హనుమ నామమే నాధ్యానం. హనుమను ఎల్లప్పుడూ కీర్తించుదును.

శ్లోకం : ముక్తా విద్రు మ హేమనీల ధవళచ్ఛాయైః ర్ముఖైస్త్రీక్షణైః
యుక్తా మిన్దు నిబద్ధ రత్న మకుటాం తత్త్వార్థ వర్ణాత్మికామ్ ।
గాయత్రీం వరదాభయాం కుశ కశా శ్శుభ్రం కపాలం గదాం
శంఖం చక్ర మథారవిన్ద యుగళం హస్తై ర్వహన్తీం భజే ॥

తాత్పర్యం : గాయత్రీదేవికి ఐదు ముఖులు. ఒకటి ముత్యపు రంగువలె తెల్లగానూ, రెండవది పగడమువలె ఎర్రగానూ, మూడవది

బంగారపు రంగువలె పచ్చగానూ, నాల్గవది నల్లని రంగులోనూ, ఐదవది తెలుపురంగులోనూ శోభిస్తూ ఉంటాయి.

ముత్యమువంటి తెలుపు, ఎరుపు, బంగారం, నీలం, తెలుపు వర్ణాల పంచముఖాలతో, మూడు కన్నులతో, చంద్రరేఖ కలిగిన కిరీటంతో వున్న తల్లి గాయత్రి. ఆ వేదమాత చేతుల్లో వరద, అభయ, అంకుశ, కశ (కొరడా), కపాలం, గద, శంఖ, చక్ర, పద్మద్వయం ఉన్నాయి. ఈ రూపంతో ఉన్న గాయత్రిని ధ్యానిస్తూ సూర్యుని భక్తితో నమస్కరించాలి.

ప్రతి ముఖమునకు మూడు నేత్రములు ఉన్నవి. శిరస్సుపై రత్న కిరీటంలో చంద్రరేఖ ఉన్నది. ఈమె తత్త్వార్థములను తెలుపు అక్షరములనే స్వరూపముగా గలది. ఈమెకు పది చేతులు. ఆ పది చేతులలో ఒక కుడిచేతితో వరదముద్రను, ఒక ఎడమ చేతితో అభయముద్రను, మరియొక కుడిచేతితో అంకుశము ఎడమచేతితో చిల్లకోలను, ఆ విధంగానే మరొక కుడిచేతితో కపాలమును, ఎడమ చేతితో గద, మరొక కుడిచేతితో శంఖమును, ఎడమ చేతితో చక్రమును, తక్కిన రెండు చేతులతో రెండు తామర పుష్పములను ధరించియుండును. ఈ విధముగా ఉన్న గాయత్రీదేవిని ధ్యానించెదను. (ఈ శ్లోక పఠనం వల్ల ఐశ్వర్యం, విద్య, సుఖ జీవనం, జ్ఞానం లభిస్తుంది.)

శ్లోకం : యత్రాస్తి భోగో – నహితత్ర మోక్షః
యత్రాస్తి మోక్షో – నహి తత్ర భోగః
శ్రీ మారుతేస్సేవన తత్పరాణాం
భోగశ్చ మోక్షశ్చ కరస్థ ఏవ ॥

తాత్పర్యం : ఎచ్చట భోగముండునో అచ్చట మోక్షముండదు. ఎచ్చట మోక్షమున్నదో అచ్చట భోగముండదు. కాని ఆంజనేయ సేవా తత్పరులకు భోగము మోక్షము రెండును సిద్ధించును.

సకల దేవతా ధ్యానము

ఓం శ్రీ గణేశాయ నమః

శ్లోకం : **తల్లిదండ్రులందు దయలేని పుత్రుడు, పుట్టనేమి వాడు గిట్టనేమి।**
పుట్టలోన చెదలు పుట్టవా గిట్టవా, విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ॥

తాత్పర్యం : మనము మన తల్లిదండ్రులను గౌరవించాలి. ప్రేమించాలి. లేకుంటే మనము ఉన్నా లేనట్టుగానే చెప్పుకోవాలి. అటువంటివారు పుట్టలో చెదలతో సమానము.

శ్లోకం : **గురుర్బ్రహ్మా గురుర్విష్ణుః - గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।**
గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మా - తస్మై శ్రీ గురవేనమః ॥

తాత్పర్యం : గురువే బ్రహ్మ. గురువే విష్ణుమూర్తి, గురువే స్వయం ప్రకాశుడగు మహేశ్వరుడు. గురువే సాక్షాత్తు పరబ్రహ్మము. కాబట్టి అట్టి సద్గురువుకు నమస్కారము.

శ్లోకం : **శుక్లాంబరధరం విష్ణుం - శశివర్ణం చతుర్భుజమ్ ।**
ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్ - సర్వవిఘ్నోపశాంతయే ॥

తాత్పర్యం : తెల్లని వస్త్రములు ధరించినవాడు, సర్వ వ్యాపకుడు, తెల్లని చంద్రునివంటి వన్నె కలవాడు, నాలుగు భుజములు కలవాడు, ఎప్పుడూ నవ్వుచుండెడి మోముగలవాడు అగు వినాయకుని నా కార్యములకు విఘ్నము కలుగకుండుటకై ధ్యానింతును.

శ్లోకం : **జయతు జయతు దేవీ - సర్వదేవాత్మ భూతా ।**
జయతు జయతు మాతా - సర్వమాంగల్య యుక్తా ।
జయతు జయతు భక్తత్రాణ - నిత్యానురక్తా ।
జయతు జయతు గాయత్రీ - సర్వలోకైక మాతా ॥

తాత్పర్యం : సర్వదేవతా స్వరూపురాలైన గాయత్రీదేవి సర్వోత్కర్షతో విజయం చేయుగాక! సర్వమంగళ స్వరూపురాలైన గాయత్రీమాత విజయం చేయుగాక! సర్వదా భక్తులను రక్షించుటలో ప్రీతిగల ఆ తల్లి విజయం చేయుగాక! ఆ గాయత్రీమాత సర్వలోకాలకూ తల్లి. సర్వోత్కర్షగా విజయం చేయుగాక!!

శ్లోకం : **ఆదిత్యాయ చ, సోమాయ మంగళాయ బుధాయ చ ।**
గురు శుక్ర శనిభ్యశ్చ రాహవే కేతవే నమః ॥

తాత్పర్యం : సూర్యునకు, చంద్రునకు, కుజునకు, బుధునకు, గురు, శుక్ర, శనేశ్వరులకు, రాహువునకు, కేతువునకు నమస్సులు.

శ్లోకం : **సరస్వతి! నమస్తుభ్యం వరదే కామరూపిణి ।**
విద్యారంభం కరిష్యామి సిద్ధిర్భవతు మే సదా ॥

తాత్పర్యం : కోరిన వరములను అనుగ్రహించుచు కామరూపిణివై ప్రకాశించు అమ్మా సరస్వతీదేవీ! ఇదిగో నీకు వందనము చేయుచున్నాను. నేను విద్యలను పొందుటకు ప్రారంభించుచున్నాను. అవి ఎప్పుడును నాకు సిద్ధించుగాక! అని నన్ను అనుగ్రహింపుము.

శ్లోకం : **లక్ష్మీం క్షీర సముద్రరాజ తనయాం శ్రీ రంగధామేశ్వరీం ।**
దాసీభూత సమస్త దేవ వనితాం లోకైక దీపాంకురాం ।
శ్రీ మన్మంద కటాక్ష లబ్ధ విభవద్బ్రహ్మేంద్ర గంగాధరాం ।
త్వాం త్రైలోక్య కుటుంబినీం సరసిజాం వందే ముకుంద ప్రియామ్॥

తాత్పర్యం : క్షీరసాగరుని కుమార్తె, శ్రీరంగని నివాసానికి రాణి, దేవతాస్త్రీలందరిచేత కొలువబడేది, లోక కాంతిప్రదయు, బ్రహ్మ, ఇంద్ర శంకరాదులచే కొలువబడే జనని, ముల్లోకములే కుటుంబంగా ఉండే పద్మోద్భవయు, నారాయణ ప్రియయు అయిన లక్ష్మీదేవికి నమస్సులు.

శ్లోకం : **సర్వ మంగళ మాంగల్యే - శివే సర్వార్థ సాధకే ।**
శరణ్యే త్రయంబకే దేవీ - నారాయణీ నమోస్తుతే ॥

తాత్పర్యం : అయిదవతనము, మంగళములను ప్రసాదించే పార్వతియై, మూడు కన్నులు గల దేవియై, నారాయణ స్వరూపురాలైన లక్ష్మియై అన్ని కార్యములను సరిచేస్తూ ప్రకాశించే మహాశక్తికి నమస్సులు.

శ్లోకం : **వరాంకుశౌ పాశమభీతి ముద్రాం, కరైర్వహం తీం కమలాసనస్థాం।**
బాలార్క కోటి ప్రతిభాం త్రినేత్రాం, భజేహమంబాం జగదీశ్వరీం తామ్॥

తాత్పర్యం : వర, అంకుశ, పాశ, అభయ ముద్రలతో కూడి చతుర్భుజాలతో, కమలాసనయై, కోటిసూర్య ప్రభలతో, త్రినేత్రాలతో ప్రకాశించే జగదీశ్వరి అయిన జగజ్జననికి ప్రణామములు.

శ్లోకం : **వందే శంభుం ఉమాపతిం సురగురుం వందే జగత్కారణం**
వందే పన్నగ భూషణం మృగధరం వందే పశూనాంపతిం
వందే సూర్య శశాంక వహ్ని నయనం వందే ముకుంద ప్రియం
వందే భక్త జనాశ్రయంచ వరదం వందే శివం శంకరమ్ ।

తాత్పర్యం : ప్రపంచ ఆనందమూర్తియు, పార్వతీపతియు, దేవతలకు గురువు, జగత్తుకు కారణభూతుడు, అహిభూషనుడు (పాములు భూషణములుగా గలవాడు), లేడిని చేతియందు ధరించినవాడు, పశుపతి, సూర్యచంద్రాగ్నులు నేత్రములుగా గలవాడు, విష్ణుప్రియుడు, భక్తజనులకు ఆశ్రయుడు, వరములనిచ్చువాడు, మంగళములు చేకూర్చు శుభమూర్తి అగు శివుని నమస్కరిస్తున్నాను.

శ్లోకం : **ఓం త్రయంబకం యజామహే - సుగంధిం పుష్టి వర్ధనం ।**
ఉర్వారుకమివ బంధనాత్ - మృత్యోర్ముక్షీయ మామృతాత్ ॥

తాత్పర్యం : దోసకాయను తొడిమనుండి సులువుగ తృంచివేసినటుల మృత్యు బంధము నుండి మమ్ముద్ధరించి అమృతమొసంగుటకు సర్వజీవులకు పోషణకర్తయు, దివ్య పరిమళము గల దేహము వాడును అగు ముక్కంటిని ఆరాధించెదను.

శ్లోకం : **శాంతాకారం భుజగశయనం పద్మనాభం సురేశం ।**
విశ్వాకారం గగన సదృశం మేఘవర్ణం శుభాంగం ।
లక్ష్మీకాంతం కమలనయనం యోగి హృద్ధ్యాన గమ్యం ।
వందే విష్ణుం భవ భయ హరం సర్వలోకైకనాథమ్ ॥

తాత్పర్యం : శాంతమూర్తియై, శేషశయ్య కలిగి, నాభియందు పద్మము కలిగి, దేవతా ప్రభువై, విశ్వమే రూపముగా కలిగి, ఆకాశమువలె మేఘమువలె నీలవర్ణము కలిగి, శుభకరమైన శరీరము కలిగి, లక్ష్మీనాధుడై, పద్మనేత్రుడై, యోగీశ్వరుల హృదయ ధ్యానమునందు గోచరించువాడై, తనను గొల్చువారి జనన మరణ రూపమైన సంసార భయమును హరించువాడై, సర్వలోకములకూ ఏకైక ప్రభువైన విష్ణుదేవుని గూర్చి నమస్కరించుచున్నాను.

శ్లోకం : **శ్రీరామచంద్రః శ్రితపారిజాతః సమస్త కళ్యాణ గుణాభిరామః**
సీతాముఖాంభోరుహ చంచరీకః । నిరంతరం మంగళ మాత నోతు ॥

తాత్పర్యం : ఆశ్రితులకు కల్పవృక్షమైన, సమస్తమైన కళ్యాణ గుణములకు నిధియైన, సీతాముఖ పద్మమందలి తేనె త్రాగు తుమ్మెదయైన శ్రీరామచంద్రమూర్తి సదా నాకు మంగళమును కలిగించుగాక!

శ్లోకం : **శ్రీరాఘవం దశరథాత్మజ మప్రమేయం ।**
సీతాపతిం రఘుకులాన్వయ రత్నదీపం ।
ఆజానుబాహుం అరవింద దళాయతాక్షం ।
రామం నిశాచర వినాశకరం నమామి ॥

తాత్పర్యం : రఘువంశములో జన్మించినవాడు, దశరధుని పుత్రుడు, ఊహకు అందనివాడు, సీతాదేవికి భర్త, రఘువంశమునకు మణిదీపము వంటివాడు, ఆజానుబాహుడు, కమలదళములవలె విశాలమైన కన్నులు గలవాడును, రాక్షసులను అంతమొందించేవాడును అయిన శ్రీరామచంద్ర ప్రభువుకు నమస్కరిస్తున్నాను.

శ్లోకం : **శ్రీరామ రామ రామేతి రమే రామే మనోరమే**
సహస్ర నామ తత్తుల్యం రామనామ వరాననే ।

తాత్పర్యం : శివుడు పార్వతికి శ్రీరామ మంత్రోపదేశము చేసెను. పార్వతీ! 'శ్రీరామ రామ రామ' అని రామనామమును జపింపుము. ఒక్కసారి 'రామ' అని యన్నచో విష్ణు సహస్ర నామములను పఠించినచో కలుగు ఫలముతో సమానమైన ఫలము లభించును.

శ్లోకం : **జయతు జయతు మంత్రం జన్మసాఫల్య మంత్రం**
జనన మరణ ఖేద క్లేశ విచ్ఛేద మంత్రమ్ ।
సకల నిగమ మంత్రం సర్వ శాస్త్రైక మంత్రం
రఘుపతి నిజ మంత్రం రామ రామేతి మంత్రమ్ ॥

తాత్పర్యం : శ్రీరామమంత్రము సర్వదా జపించబడును గాక! ఆ మంత్రమును జపించిన జన్మ సఫలమగును. ఇక పుట్టుట గిట్టుట యనెడి దుఃఖము లేకుండ జేయును. సర్వ వేదముల సారము గాన సర్వ శాస్త్రములు చదివినంత జ్ఞానము కలుగును. రఘువంశమున పుట్టిన

రాముని నామము అంతటి మహిమ కలిగినది. 'రామ రామ' అని ఉచ్చరించిన చాలు. అదే మహామంత్రము.

శ్లోకం : **కస్తూరీ తిలకం లలాట ఫలకే వక్షస్థలే కౌస్తుభం**
నాసాగ్రే నవ మౌక్తికం కరతలే వేణుం కరే కంకణమ్ ।
సర్వాంగే హరిచందనం చ కలయన్ కంఠే చ ముక్తావళి
గోపస్త్రీ పరివేష్టితో విజయతే గోపాలచూడామణిః ॥

తాత్పర్యం : లలాట భాగమున కస్తూరీ తిలకం కలవాడు, వక్షస్థలమున కౌస్తుభమణి కలవాడు, ముక్కు బులాకీగా మంచిముత్యం కలవాడు, కరతలమందు వేణువు కలవాడు, చేతులకు కంకణములు కలవాడు, దేహమంతా హరిచందనం పూయబడినవాడు, కంఠమందు ముత్యాలహారం కలవాడు, గోపస్త్రీలతో పరిశేష్టింపబడి ఉన్నవాడయిన గోపాల చూడామణి విజయం పొందుతాడు (ఇంతటి మహిమాన్వితుడైన శ్రీకృష్ణ భగవానునికిదే నా వందనం.)

శ్లోకం : **వినా వేంకటేశం ననాథో ననాథః, సదా వేంకటేశం స్మరామి స్మరామి।**
హరే వేంకటేశ! ప్రసీద ప్రసీద, ప్రియం వేంకటేశ! ప్రయచ్ఛ ప్రయచ్ఛ॥

తాత్పర్యం : శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు తక్క నాథుడు లేడు (అనగా వేంకటేశ్వరుడు తప్ప వేరొక నాథుడు లేడని భావము) ఎల్లప్పుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరునే స్మరింతును. హరీ! వేంకటేశా! కాపాడు. ఓ వేంకటేశా! నాకు ప్రియమును ఇమ్ము (కల్గించుము). (రెండుసార్లు పలుకుట ఆదరాతిశయమును సూచించును).

శ్లోకం : **మనోజవం మారుత తుల్య వేగం, జితేంద్రియం బుద్ధిమతాంవరిష్ఠమ్ ।**
వాతాత్మజం వానర యూథ ముఖ్యం, శ్రీరామదూతం శిరసా నమామి ॥

తాత్పర్యం : గాలితో సమానవేగము కల్గుటేగాక మనోవేగము గల్గినట్టియు, ఇంద్రియములను జయించినట్టియు, బుద్ధిశాలులలో అగ్రేశ్వరుడైనట్టియు, వాయుపుత్రుడైనట్టియు, వానర సైన్యమునందు ముఖ్యుడైనట్టియు, శ్రీరామ దాసానుదాసుడును, దూతయు అయిన హనుమంతునికి ప్రణామము.

శ్లోకం : **బుద్ధిర్బలం యశోధైర్యం నిర్భయత్వ మరోగతా ।**
అజాడ్యం వాక్పటుత్వం చ హనుమత్స్మరణాద్భవేత్ ॥

తాత్పర్యం : భయాలను పోగొట్టే దైవం హనుమంతుడు. ఆస్వామి నామాన్ని నిత్యం స్మరిస్తే చాలు – బుద్ధి, బలం, యశస్సు, ధైర్యం, నిర్భయత్వం, సంపూర్ణ ఆరోగ్యం, పీడ లేకపోవడం, సత్యవచనులైన ఋషుల వాక్కు – అనబడే ఎనిమిది గుణాలూ సిద్ధిస్తాయి.

శ్లోకం : **ఆపదామ పహర్తారం దాతారం సర్వసంపదాం ।**
లోకాభిరామం శ్రీరామం భూయో భూయో నమామ్యహమ్ ॥

తాత్పర్యం : ఆపదలను పరిహరించువానిని, సమస్త సంపదలను చేకూర్చు వానిని, ఎల్లరను ఆనందింపజేయు శ్రీరామచంద్రుని నేను మరల మరల నమస్కరించుచున్నాను.

శ్లోకం : **రామ రామ తవ నామ జపంతః**
పామరా అపి, తరంతి భవవాబ్ధిమే ।
అంగనంగి భవదంగుళిముద్రః
కిం విచిత్ర మతర, త్కపిరబ్ధిమే ॥

తాత్పర్యం : ఓ శ్రీరామమూర్తీ! నీ పేరును జపించుచుండు మూఢులైనను సంసార సముద్రమును దాటుచుండగా తన శరీరముతో కలసిన నీ వ్రేలి ముద్రిక గల వానరుడు సముద్రమును దాటెననుట యేమి చిత్రము!

సువర్చల ఆంజనేయ సమేత లక్ష్మణ సహిత
సీతా రామచంద్రాయ నమః
గంధం సమర్పయామి, పుష్పం సమర్పయామి,
ధూపం అఘ్రాపయామి, దీపం దర్శయామి.

నిత్య స్మరణ మంత్రములు :

శ్రీరామ జయ రామ జయ జయ రామ ॥
ఓం రాం రామాయ నమః ॥

ప్రార్థన

అతులిత బలధామం స్వర్ణ శైలాభదేహం
దనుజ వన కృశానం జ్ఞానినామగ్రగణ్యమ్ ।
సకలగుణ నిధానం వానరాణామధీశం
రఘుపతి ప్రియభక్తం వాతజాతం నమామి ॥

గోష్ప దీకృతవారాశిం
మశకీకృత రాక్షసమ్ ॥
రామాయణ మహామాలా రత్నం
వందే అనిలాత్మజమ్ ॥

యత్ర యత్ర రఘునాథకీర్తనం
తత్ర తత్ర కృత మస్తకాంజలిమ్ ।
బాష్పవారి పరిపూర్ణ లోచనం
మారుతిం నమత రాక్షసాంతకమ్ ॥

శ్రీ గురు చరణ సరోజ రజ
నిజ మన ముకుర సుధారీ ।
వరణౌ రఘువర విమలయశ
జో దాయక ఫల చారి ॥

బుద్ధిహీన తను జానికై
సుమిరౌ పవన కుమార్ ।
బల బుద్ధి విద్యా దేహు మొహి
హరహు కలేశ వికార్ ॥

అసమానమైన బలము కలవాడా, బంగారువర్ణముతో మెరిసిపోయే దేహము కలవాడా, అశోకవనమును నాశనము చేసినవాడా, జ్ఞానులలో అగ్రగణ్యుడిగా పేర్కొనబడినవాడా, సర్వగుణములకు నిధి వంటి వాడా, వానర శ్రేష్ఠులలో అగ్రగణ్యుడా, శ్రీరామచంద్రునికి అత్యంత ప్రియమైన భక్తుడా, వాయుపుత్రుడా! నీకు నమస్కారము.

సాగరమును ఆవుదెక్కలా భావించి దాటిన వాడా, రాక్షసులను దోమలలాగ నలిపినవాడా, రామాయణమనెడి మహామాలలో రత్నము వంటి వాడా! వాయుపుత్రుడా! నీకు నమస్కారము.

ఎచ్చటెచ్చట రఘునాథుడు కీర్తింపబడుతాడో అచ్చటచ్చట నీళ్ళు నిండిన కళ్ళతో శిరస్సు వంచి నమస్కారము చేస్తూ ఉంటావు. రాక్షసుల అంతు చూసే వాయుపుత్రా! నీకు నమస్కారము.

శ్రీ గురుదేవులు ఆంజనేయస్వామి చరణ ధూళిచే నా హృదయ దర్పణము శుభ్రపరచి, చతుర్విధ పురుషార్థంబుల నిచ్చు శ్రీరామచంద్రుని కీర్తిని గానము చేతును.

నా బుద్ధిహీనతను తెలిసినవాడనై ఓపవనతనయా! ఓహనుమా! నిన్ను స్మరింతును. ఓ ప్రభూ! నాకు బలము, బుద్ధి, విద్యలను ప్రసాదించి నాలోని పంచక్లేశములను, షడ్వికారములను హరింపుము.

శ్రీ హనుమాన్ చాలీసా

1. జయ హనుమాన జ్ఞాన గుణ సాగర ।
జయ కపీశ తిహు లోక వుజాగర ॥

2. రామదూత అతులిత బలధామా ।
అంజనిపుత్ర పవనసుత నామా ॥

3. మహావీర విక్రమ బజరంగీ ।
కుమతి నివార సుమతి కె సంగీ ॥

4. కంచన వరణ విరాజ సువేశా ।
కానన కుండల కుంచిత కేశా ॥

5. హాథ వజ్ర ఔ ధ్వజా విరాజై ।
కాంథే మూంజ జనేవూ సాజై ॥

6. శంకర సువన కేసరీనందన ।
తేజ ప్రతాప మహాజగ వందన ॥

7. విద్యావాన్ గుణీ అతిచాతుర ।
రామ కాజ కరివే కో ఆతుర ॥

8. ప్రభుచరిత్ర సునివే కో రసియా ।
రామ లఖన సీతా మన బసియా ॥

9. సూక్ష్మ రూప ధరి సియహి దిఖావా ।
వికట రూప ధరి లంక జరావా ॥

10. భీమ రూప ధరి అసుర సంహారే ।
రామచంద్ర కే కాజ సంవారే ॥

తాత్పర్యము

1. అనంతములయిన జ్ఞాన గుణముల యందు పరిపూర్ణుడైన ఓ హనుమంతా! నీకు జయము. ముల్లోకములను ప్రకాశించెడి ఓ కపి శ్రేష్ఠుడా! నీకు జయము జయము.

2. శ్రీరామచంద్రుని రాయబారీ! సాటిలేని బలము గలవాడా! అంజనీదేవి కుమారుడా! పవన సుతుడను నామము కలవాడా!

3. మహావీరుడా! వజ్రము వంటి దృఢమయిన దేహము కలిగిన పరాక్రమవంతుడా! దుర్బుద్ధిని తొలగించువాడా! మంచిబుద్ధి గలవారికి సహాయపడువాడా!

4. బంగారు వన్నెతో, మంచి వేషముతో ప్రకాశించువాడా! చెవులకు కుండలములు అలంకారములుగా గలిగి ఉంగరములు తిరిగిన తల వెంట్రుకలు కలిగినవాడా!

5. చేతిలో వజ్రమను ఆయుధమును మరియు జండాను ధరించి విరాజిల్లువాడా! భుజమందు ముంజ గడ్డితో చేయబడిన యజ్ఞోపవీతముతో శోభిల్లువాడా!

6. పరమేశ్వరుని పుత్రుడా! కేసరి కుమారుడా! తేజస్సు, ప్రతాపములతో జగత్తంతటిచే పూజింపబడువాడా!

7. విద్వాంసుడా! గుణవంతుడా! అతి చతురుడా! శ్రీరామ కార్య నిర్వహణలో ఎంతో ఆత్రము, ఆతురత కలవాడా!

8. ప్రభువగు శ్రీరాముని చరిత్ర వినుటయందు ఆసక్తి కలవాడా! సీతారామ లక్ష్మణులను హృదయము నందు ధరించువాడా!

9. సూక్ష్మ రూపమును ధరించి సీతాదేవికి కనిపించితివి. పిదప భయంకర రూపమును ధరించి లంకాపురిని కాల్చివేసితివి.

10. భయంకర వేషమును ధరించి లంకాపురి యందున్న రాక్షసులను చంపి శ్రీరామచంద్రుని సకల కార్యములను చక్క జేసితివి.

11. లాయ సజీవన లఖన జియాయే ।
శ్రీ రఘువీర హరషి వురలాయే ॥

12. రఘుపతి కిన్హీ బహుత బడాయీ ।
కహా భరత సమ తుమ ప్రియ భాయీ ॥

13. సహస వదన తుమ్హారో యశ గావై ।
అస కహి శ్రీపతి కంఠ లగావై ॥

14. సనకాదిక బ్రహ్మాది మునీశా ।
నారద శారద సహిత అహీశా ॥

15. యమ కుబేర దిగపాల జహాంతే ।
కవి కోవిద కహి సకై కహాంతే ॥

16. తుమ వుపకార సుగ్రీవహి కీన్హా ।
రామ మిలాయ రాజ పద దీన్హా ॥

17. తుమ్హారో మంత్ర విభీషణ్ మానా ।
లంకేశ్వర భయే సబ జగ జానా ॥

18. యుగ సహస్ర యోజన పర భానూ ।
లీల్యోతాహి మధుర ఫల జానూ ॥

19. ప్రభు ముద్రికా మేలి ముఖ మాహీ ।
జలధి లాంఘి గయే అచరజ నాహీ ॥

20. దుర్గమ కాజ జగత కే జేతే ।
సుగమ అనుగ్రహ తుమ్హారే తేతే ॥

11. సంజీవనీ మూలిక తెచ్చి లక్ష్మణుని బ్రతికించితివి. అందుకు శ్రీ రఘురాముడు సంతసించి నిన్ను తన హృదయమునకు హత్తుకొనెను.

12. శ్రీరామచంద్రమూర్తి నిన్ను గొప్పగా పొగడి, "సోదరా! నీవు నాకు భరతునితో సమానముగా ప్రియమైన వాడవు" అని పలికెను.

13. "నీ కీర్తిని భవిష్యత్తులో అందరూ వేనోళ్ళ గానం చేసి తరించెదరు గాక!" అని పలికి శ్రీరాముడు నిన్ను కౌగిలించుకొనెను.

14. సనకాది ఋషులు, మునీశ్వరులు, బ్రహ్మాది దేవతలు, నారదుడు, సరస్వతీ దేవి మరియు ఆదిశేషుడు,

15. యముడు, కుబేరుడు, దిక్పాలకులు నీ మహిమను వర్ణింప జాలనప్పుడు భూలోకమున కవులు, పండితులకు ఎట్లు సాధ్యమగును?

16. నీవు సుగ్రీవునకు ఉపకారమొనర్చితివి. రామునితో అతనికి సఖ్యము గావింపజేసి రాజ్యపదవిని యిప్పించితివి.

17. నీ సలహాను పాటించి విభీషణుడు లంకకు రాజైన సంగతి లోకమంతటికీ తెలిసినదే.

18. రెండు వేల యోజనములు అనగా 16 వేల మైళ్ళ దూరమున నున్న సూర్యుని తీయని పండుగా భావించి దానిని మ్రింగితివి.

19. శ్రీరామచంద్రుడిచ్చిన ఉంగరమును నోట నుంచుకుని (రామ నామమును జపిస్తూ) సముద్రమును దాటితివి. ఇందులో ఆశ్చర్యము లేదు.

20. ప్రపంచమునందు కఠినమైన కార్యములు ఎన్నెన్ని ఉన్నాయో అవి అన్నియును నీ అనుగ్రహము వలన సరళములు కాగలవు.

21. రామ దువారే తుమ రఖవారే ।
హోత న ఆజ్ఞా బిను పైసారే ॥

22. సబ సుఖ లహై తుమ్హారీ శరనా ।
తుమ రక్షక కాహు కో డరనా ॥

23. ఆపన తేజ సమ్హారో ఆపై ।
తీనో లోక హాంక తే కాంపై ॥

24. భూత పిశాచ నికట నహి ఆవై ।
మహావీర జబ నామ సునావై ॥

25. నాసై రోగ హరై సబ పీరా ।
జపత నిరంతర హనుమత వీరా ॥

26. సంకట సే హనుమాన్ ఛుడావై ।
మన క్రమ వచన ధ్యాన జో లావై ॥

27. సబ పర రామ రాయ సిర తాజా ।
తినకే కాజ సకల తుమ సాజా ॥

28. ఔర మనోరథ జో కోయి లావై ।
తాసు అమిత జీవన ఫల పావై ॥

29. చారోం యుగ పరతాప తుమ్హారా ।
హై పరసిద్ధి జగత ఉజియారా ॥

30. సాదు సంత కే తుమ రఖవారే ।
అసుర నికందన రామ దులారే ॥

21. శ్రీరాముని ద్వారపాలకుడవు నీవు. నీ ఆజ్ఞలేనిది లోపలికి వెళ్ళుటకు ఎవ్వరికీ వీలులేదు. (నీ అనుగ్రహము లేకుండా రాముని కృప ఎవరికీ దొరకదు.)

22. నిన్ను శరణు పొందిన వారికి సమస్త సుఖములు లభించును. నీవు రక్షకుడిగా ఉండగా ఎవరికిని భయపడవలసిన పనిలేదు.

23. నీ యొక్క ప్రకాశమును, బల పరాక్రమములను సంబాళించు కొనుటకు నీవే సమర్థుడవు. నీ పెద్దకేకవిని ముల్లోకములు కంపించును.

24. ఓ మహావీరా! నీ నామస్మరణ వింటే భూత ప్రేత పిశాచములు దగ్గరకు రావు.

25. నిరంతరము వీరహనుమంతుని జపించినచో సమస్త రోగములు నశించును. అన్ని పీడలు హరించుకుపోవును.

26. ఎవరైతే మనోవాక్కాయ కర్మలచే తనను ధ్యానించునో, వారిని ఆంజనేయుడు సమస్త సంకటముల నుండి విముక్తి చేయును.

27. శ్రీరామచంద్రుడు తాపసులకు, అందరకు గొప్పవాడు. ప్రభువు వంటివాడు. ఆయన సకల కార్యములను ఓ ఆంజనేయా! నీవు చక్కగా సవరించుచుందువు.

28. ఎవరు ఏయే కోర్కెలతో శ్రీ హనుమంతుని సేవింతురో వారికి ఆ కోర్కెలు తీరి అనంతమైన జీవన ఫల ప్రాప్తి కలుగును.

29. ఓ హనుమా! నీ యొక్క ప్రతాపము నాలుగు యుగములలోను ప్రసిద్ధమైనది. జగత్తంతయు నీ కీర్తి కాంతులతో ప్రకాశమానమై యున్నది.

30. సాధన చేసేవారికి, చక్కగా తపస్సు చేసేవారికి నీవు రక్షకుడవు. దుర్మార్గులను నాశనము చేయువాడవు మరియు శ్రీరామునికి అత్యంత ప్రియమైన వాడవు.

31. అష్ట సిద్ధి నవ నిధి కే దాతా ।
అస వర దీన్హ జానకీ మాతా ॥

32. రామ రసాయన తుమ్హారే పాసా ।
సదా రహో రఘుపతి కే దాసా ॥

33. తుమ్హారే భజన రామకో భావై ।
జన్మ జన్మ కే దుఃఖ బిసరావై ॥

34. అంతకాల రఘుపతి పుర జయీ
జహా జన్మ హరిభక్త కహాయీ ॥

35. ఔర దేవతా చిత్త న ధరయీ ।
హనుమత సేయి సర్వ సుఖ కరయీ ॥

36. సంకట కటై మిటై సబ పీరా ।
జో సుమిరై హనుమత బలవీరా ॥

37. జై జై జై హనుమాన్ గొసాయీ ।
కృపా కరో గురు దేవ కీ నాయీ ॥ (3 సార్లు)

38. యహ శతవార పాఠ కర జోయీ ।
ఛూటహి బంది మహా సుఖ హోయీ ॥

39. జో యహ పఢై హనుమాన్ చాలీసా ।
హోయ సిద్ధి సాఖీ గౌరీశా ॥

40. తులసీదాస్ సదా హరి చేరా ।
కీ జై నాథ హృదయ మహాడేరా ॥

దోహా: "పవన తనయ సంకట హరణ,
మంగళ మూరతి రూప ।
రామ లఖన సీతా సహిత
హృదయ బసహు సుర భూప"

31. అష్టసిద్ధులను, నవనిధులను ప్రసాదింపగలుగునటుల జానకీ మాత నీకు వరమొసగెను.

32. రామరసాయనము నీవద్ద గలదు. నీవు ఎల్లప్పుడు శ్రీరామచంద్రుని సేవకుడవై యుందువు.

33. నీయొక్క భజన వలన రామానుగ్రహము పొంది, జన్మ జన్మాంతరముల దుఃఖముల నుండి విముక్తి పొందెదరు.

34. (నిన్ను భజించినవారు) మరణించిన పిదప వైకుంఠమునకు పోవుదురు. మరల జన్మించినచో వారు హరిభక్తులుగా ప్రసిద్ధి చెందుదురు.

35. ఇతర దేవతలకు తన హృదయము నందు స్థానమీయక శ్రీ హనుమంతునే ధ్యానించు వారికి (ఆంజనేయుడు) సమస్త సుఖములను ఒసంగును.

36. మహాబలుడగు ఆంజనేయుని ఎవరైతే స్మరింతురో వారి సంకటము లన్నియు తొలగి పీడలన్నియు నశించును.

37. జితేంద్రియుడవైన ఓ ఆంజనేయ! నీకు జయము జయము జయము, గురుదేవుని వలె (నాయందు) దయ జూపుము.

38. ఎవరైతే (ఈచాలీసాను) నూరుమార్లు పఠనము చేయుదురో వారికి అన్ని బంధనములు వీడి పరమానంద ప్రాప్తికలుగును.

39. ఎవరైతే యీ హనుమాన్ చాలీసాను పఠింతురో వారికి పార్వతీ పరమేశ్వరుల సాక్షిగా సిద్ధికలుగును.

40. ఓ నాథా (ఆంజనేయా!) ఈ తులసీదాసు ఎల్లప్పుడు హరి సేవకుడే. కావున నా హృదయమందు నివసింపుము.

దోహా : సమస్త సంకటములను హరింప జేసెడి వాడవు, మంగళ స్వరూపుడవు, సమస్త దేవతలకు నాథుడవు అయిన ఓ ఆంజనేయా! సీతారామ లక్ష్మణ సహితుడవై నా హృదయమున వసింపుము.

నైవేద్యం

సువర్చల ఆంజనేయ సమేత లక్ష్మణ సహిత
సీతా రామచంద్రాయ నమః

నైవేద్యం : ఓం ప్రాణాయ స్వాహా । ఓం అపానాయ స్వాహా ।
ఓం వ్యానాయ స్వాహా । ఓం ఉదానాయ స్వాహా ।
ఓం సమానాయ స్వాహా । ఓం బ్రహ్మణే స్వాహా ।

మహానైవేద్యం సమర్పయామి. ఆత్మ నివేదనం సమర్పయామి.

హారతి

శ్లోకం : మంగళం కోసలేంద్రాయ మహనీయ గుణాబ్ధయే
చక్రవర్తి తనూజాయ సార్వభౌమాయ మంగళం ।
వేద వేదాంత వేద్యాయ మేఘ శ్యామల మూర్తయే
పూసాం మోహన రూపాయ పుణ్య శ్లోకాయ మంగళం ॥

తాత్పర్యం : కోసలాధీశ్వరుడు, మహనీయమైన గుణములతో శోభించువాడు, చక్రవర్తి అయిన దశరధుని కుమారుడు, సార్వభౌముడు, వేదములచేత వేదాంతుల చేత కీర్తింపబడేవాడు, మేఘముల వంటి నీలి వర్ణముతో శోభించువాడు, పుణ్య శ్లోకములతో ధ్యానింపబడే వాడు, పురుషులు కూడా మోహించే రూపము కలవాడు అయిన శ్రీరామచంద్రునికి మంగళములు.

సువర్చల ఆంజనేయ సమేత లక్ష్మణ సహిత
సీతారామ చంద్రాయ నమః
ఆనంద కర్పూర నీరాజనం సమర్పయామి

శ్లోకం : ఓం తద్బ్రహ్మా । ఓం తద్వాయుః । ఓం తదాత్మా ।
ఓం తత్సత్యం । ఓం తత్సర్వం । ఓం తత్పురోర్నమః ॥
అంతశ్చరతి భూతేషు గుహాయాం విశ్వమూర్తిషు ।
తం యజ్ఞ స్త్వం వషట్కార స్త్వమింద్రస్త్వం

రుద్రస్త్వం విష్ణుస్త్వం బ్రహ్మత్వం ప్రజాపతిః ।
త్వం తదాప ఆపో జ్యోతీరసోమృతం
బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్ ॥

తాత్పర్యం : ఓం అదియే బ్రహ్మము. ఓం అదియే వాయువు. ఓం అదియే ఆత్మ. ఓం అదియే సత్యము. ఓం అదియే సర్వము. ఓం అట్టి పూర్ణునకు నమస్కారము. (ఆ బ్రహ్మమే) సర్వభూతముల యందును, జగత్తునందలి రూపములన్నిటియందును, హృదయము (బుద్ధిగుహ)లలోను వర్తించుచున్నది. నీవు యజ్ఞ స్వరూపుడవు. నీవు వషట్ అను మంత్ర స్వరూపుడవు. నీవు ఇంద్రుడవు, నీవు రుద్రుడవు, నీవు విష్ణువు, నీవే బ్రహ్మవు, నీవే ప్రజాపతివి. నీవే ఉదకములు. ఉదకములును, జ్యోతియును, భూమియును, అమృతత్త్వమును, బ్రహ్మయును, భూర్భువస్సువర్లోకములును, అన్నియును ఓంకారమే.

ఓం శ్రీగణేశాయ నమః

సకల దేవతా గాయత్రీ మన్త్రములు

గాయత్రీ మంత్ర వివరణము

మంత్రములలో మకుటాయమానమైనది – "గాయత్రీ మన్త్రము". న గాయత్ర్యా వినా మన్త్రమ్ । నామాతుః పరదైవతమ్ । (గాయత్రిని మించిన మన్త్రము లేదు. తల్లి (త్రిలోక జనని – "శ్రీమాత")ని మించిన దైవము లేదు.

శ్లోకం : ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం
భర్గో దేవస్య ధీమహి ।
ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ॥
ఈ మంత్రమునకు మూడు పాదములు

గాయతాం త్రాయతే ఇతి గాయత్రీ (గానము చేయువారిని అనగా జపించువారిని తరింపచేయునది – "గాయత్రీ" అని గాయత్రి మన్త్రమునకు అర్ధము)

"యః=ఎవరు; నః=మనయొక్క; ధియః=బుద్ధిని; ప్రచోదయాత్=ప్రేరేపించునో; సవితుః=సకలమును సృష్టించేవాడగు; తత్=ఆ; భర్గః=స్వయంప్రకాశ జ్యోతి స్వరూపుడగు; దేవస్య=దేవునకు, ధీమహి = ధ్యానింతుము.

గురు గాయత్రి :

ఓం గురుదేవాయ విద్మహే। పరబ్రహ్మణే ధీమహి।
తన్నో గురుః ప్రచోదయాత్ ॥

విఘ్నేశ్వర గాయత్రి :

ఓం ఏకదంతాయ విద్మహే। వక్రతుండాయ ధీమహి।
తన్నో దంతిః ప్రచోదయాత్ ॥

సరస్వతి గాయత్రి :

ఓం వాగీశ్వర్యైచ విద్మహే। బ్రహ్మ పత్న్యైచ ధీమహి।
తన్నో వాణీ ప్రచోదయాత్॥

బ్రహ్మ గాయత్రి :

ఓం వేదాత్మనాయ విద్యహే। హిరణ్యగర్భాయ ధీమహి।
తన్నో బ్రహ్మ ప్రచోదయాత్ ॥

మహాలక్ష్మి గాయత్రి :

ఓం మహాలక్ష్మైచ విద్మహే। విష్ణు పత్న్యైచ ధీమహి।
తన్నో లక్ష్మీః ప్రచోదయాత్ ॥

దుర్గ గాయత్రి :

ఓం కాత్యాయనాయ విద్మహే। కన్యకుమారి ధీమహి।
తన్నో దుర్గి ప్రచోదయాత్ ॥

రుద్ర గాయత్రి :

ఓం తత్పురుషాయ విద్మహే। మహాదేవాయ ధీమహి।
తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్ ॥

విష్ణు గాయత్రి :

ఓం నారాయణాయ విద్మహే। వాసుదేవాయ ధీమహి।
తన్నో విష్ణుః ప్రచోదయాత్ ॥

రామ గాయత్రి :

ఓం దాశరథాయ విద్మహే। సీతావల్లభాయ ధీమహి।
తన్నో రామః ప్రచోదయాత్॥

కృష్ణ గాయత్రి :

ఓం దామోదరాయ విద్మహే। వాసుదేవాయ ధీమహి।
తన్నః కృష్ణః ప్రచోదయాత్॥

వేంకటేశ్వర గాయత్రి :

ఓం సప్తగిరీశాయ విద్మహే। వేంకటేశాయ ధీమహి।
తన్నో విష్ణుః ప్రచోదయాత్ ॥

నృసింహ గాయత్రి :

ఓం వజ్రనఖాయ విద్మహే। తీక్ష్ణ దంష్ట్రాయ ధీమహి।
తన్నో నారసింహ ప్రచోదయాత్ ॥

సత్యనారాయణుని గాయత్రి :

ఓం రమానాథాయ విద్మహే। సత్యదేవాయ ధీమహి।
తన్నో విష్ణుః ప్రచోదయాత్ ॥

షణ్ముఖ గాయత్రి :

ఓం తత్పురుషాయ విద్మహే। మహా సేనాయ ధీమహి।
తన్నః షణ్ముఖః ప్రచోదయాత్ ॥

సూర్య గాయత్రి :

ఓం భాస్కరాయ విద్మహే। మహా ద్యుతికరాయ ధీమహి।
తన్నో ఆదిత్య ప్రచోదయాత్ ॥

హంస గాయత్రి :

ఓం హంస హంసాయ విద్మహే। పరమహంసాయ ధీమహి।
తన్నో హంసః ప్రచోదయాత్ ॥

సువర్చల గాయత్రి :

ఓం సూర్య పుత్రీచ విద్మహే। హనుమపత్న్యైచ ధీమహి।
తన్నో సువర్చల ప్రచోదయాత్ ॥

హనుమాన్ గాయత్రి :

ఓం శబ్ద రాజాయ విద్మహే। వాయుపుత్రాయ ధీమహి।
తన్నో హనుమాన్ ప్రచోదయాత్ ॥

సీత గాయత్రి :

ఓం జనక పుత్ర్యైచ విద్మహే। రామపత్న్యైచ ధీమహి।
తన్నో సీతా ప్రచోదయాత్ ॥

రామ గాయత్రి :

ఓం మహావీరాయ విద్మహే। సీతావల్లభాయ ధీమహి।
తన్నో రామః ప్రచోదయాత్ ॥

పూజ అనంతరం క్షమార్పణ పూర్వక సమర్పణము

శ్లోకం : యానికానిచ పాపాని జన్మాంతర కృతాని చ ।
తాని తాని ప్రణశ్యంతి ప్రదక్షిణ పదేపదే ॥

తాత్పర్యం : జన్మజన్మలలో చేసిన పాపాలు ప్రదక్షిణ చేసేకొద్దీ ఒక్కొక్క అడుగుకీ నశించిపోతాయి.

శ్లోకం : పాపోహం పాప కర్మాహం పాపాత్మా పాపసంభవః ।
త్రాహిమాం కృపయా దేవ శరణాగతవత్సల ॥

తాత్పర్యం : నేను పాపిని. పాపకర్ముణ్ణి. నిన్ను శరణు వేడుకుంటున్నాను. ఓ శరణాగత వత్సలా! దయతో నన్ను కాపాడు.

శ్లోకం : అన్యథా శరణం నాస్తి – త్వమేవ శరణం మమ ।
తస్మాత్కారుణ్య భావేన – రక్ష రక్ష మహేశ్వర ॥

తాత్పర్యం : నీవు తప్ప నాకు వేరే శరణం లేదు. నువ్వే శరణు కనుక ఓ మహేశ్వరా! కారుణ్యభావంతో నన్ను రక్షించు! రక్షించు!

శ్లోకం : మంత్రహీనం క్రియాహీనం భక్తిహీనం జనార్దన ।
యత్పూజితం మయాదేవ పరిపూర్ణం తదస్తుతే ॥

తాత్పర్యం : ఓ పురుషోత్తమా! ఈ పూజ మంత్రహీనము, క్రియాహీనము, భక్తిహీనము. అట్టి ఈ పూజ నీ పరిపూర్ణ అనుగ్రహముచే పరిపూర్ణమగును గాక!

శ్లోకం : యదక్షర పరభ్రష్టం మాత్రాహీనంతు యద్భవేత్ ।
తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ నారాయణ నమోస్తుతే ॥

తాత్పర్యం : నే పలికిన పలుకులలో అక్షర దోషములున్న వాటిని క్షమించమని నారాయణమూర్తికి నమస్కరిస్తున్నాను.

శ్లోకం : ఆవాహనం న జానామి న జానామి విసర్జనం ।
పూజావిధిం న జానామి క్షమస్వ హనుమత్ప్రభో ॥

తాత్పర్యం : పూజ చేయునపుడు ఆహ్వానించుట తెలియదు. పూజ అనంతరము ఉద్వాసన చేయుట తెలియదు. పూజ పద్ధతులు తెలియవు. అందుచేత శ్రీరామదూతా! క్షమించమని ప్రార్థిస్తున్నాను.

శ్లోకం : గోప్తృణా మపి గోప్తాత్వం గృహాణా మత్కృతం జపం ।
సిద్ధిం కురుష్య మే దేవ త్వా మహం శరణం గతః॥

తాత్పర్యం : ఓ దేవా! నీవు గుప్తముగా ఉండు వారలలో అతి గుప్తముగా ఉండువాడివి. నేను చేసే జపాన్ని స్వీకరించి నాకు సిద్ధిని ప్రసాదించుము. ఇదే నా ప్రార్థన!

శ్లోకం : కాయేనవాచా మనసేంద్రియైర్వా, బుద్ధ్యాత్మనావా ప్రకృతేః స్వభావాత్
కరోమి యద్యత్ సకలం పరస్మై, నారాయణాయేతి సమర్పయామి॥

తాత్పర్యం : మనో వాక్కాయ కర్మలచేగాని బుద్ధీంద్రియాదులచేగాని, ప్రాకృతిక స్వభావంచేగాని, నాచే ఆచరించబడే సమస్తమైన కర్మలనూ పరాత్పరుడైన శ్రీమన్నారాయణమూర్తికి సమర్పిస్తున్నాను.

శ్లోకం : అకాల మృత్యు హరణం సర్వ వ్యాధి నివారణమ్।
సమస్త పాపక్షయకరం శ్రీరామ పాదోదకం పావనం శుభమ్॥

తాత్పర్యం : అకాలమృత్యుహరణమైనది. సర్వవ్యాధి నివారకము, సమస్త పాపక్షయకరము, పావనము, శుభకరము అగు సువర్చల ఆంజనేయ లక్ష్మణులతో కూడియున్న సీతారామచంద్రుని పాదోదకమును స్వీకరించుచున్నాను.

శాంతి మంత్రములు

దైవమతము	–	ప్రతిష్ఠితమగును గాక!
కరుణామతము	–	వృద్ధి పొందును గాక!
శాంతి మతము	–	స్థాపితమగును గాక!
సత్యమతము	–	స్థిర ప్రతిష్ఠినొందును గాక!
ధర్మమతము	–	ఉద్ధరింపబడును గాక!
ఋషిమతము	–	వర్ధిల్లును గాక!
స్వాతంత్ర్యమతము	–	జయించును గాక!
జ్ఞానమతము	–	వ్యాపకమగును గాక!
గీతామతము	–	ప్రచారమగును గాక!
అహింసామతము	–	కాపాడును గాక!

నవగ్రహములకు నమస్కారము

సూర్యుడు - శూరత్వమును మాకు ఒసంగు గాక!
చంద్రుడు - కాంతిని ఒసంగు గాక!
కుజుడు - శుభములను కలుగజేయు గాక!
బుధుడు - జ్ఞానమును ప్రసాదించు గాక!
గురువు - చక్కని వాక్కులను ఒసంగు గాక!
శుక్రుడు - కావ్యకళలందు అభిరుచిని ఇచ్చును గాక!
శని - శత్రువులను తొలగించు గాక!
రాహువు - దుర్వృత్తులను రహితమొనర్చును గాక!
కేతువు - గొప్ప సంపదను కలిగించు గాక!

ఈ ప్రకారముగా నవగ్రహాలన్నీ మంచిని, శ్రేయస్సును కలిగించి పరమ శాంతిని కలుగజేయును గాక!

★ **అష్ట దిక్పాలక మరియు వాస్తు పురుషులకు నమస్కారము**

1. ఓం ఇంద్రాయ నమః (తూర్పు)
2. ఓం అగ్నయే నమః (ఆగ్నేయము)
3. ఓం యమాయ నమః (దక్షిణము)
4. ఓం నిర్‌ృతయే నమః (నైరుతి)
5. ఓం వరుణాయ నమః (పశ్చిమము)
6. ఓం వాయవే నమః (వాయువ్యం)
7. ఓం కుబేరాయ నమః (ఉత్తరము)
8. ఓం ఈశానాయ నమః (ఈశాన్యం)

ఓం శ్రీ వాస్త్వధీశ్వర పరబ్రహ్మణే నమః (వాస్తు పురుషుడు)

విశ్వశాంతి - తద్వారా ఆత్మశాంతి

ఓం ధియః శాంతిః - బుద్ధులు - శాంతమగుగాక!
ఓం అంతరిక్షః శాంతిః - అంతరిక్షము - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం పృధ్వీ శాంతిః - భూమి - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం ఆపః శాంతిః - జలము - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం ఔషధయః శాంతిః - ఔషధులు - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం వనస్పతయః శాంతిః - వనస్పతులు - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం విశ్వేదేవాః శాంతిః - విశ్వదేవులు - శాంతి కూర్చుగాక!
ఓం బ్రహ్మ శాంతిః - బ్రహ్మ శాంతి - కూర్చుగాక!
ఓం సర్వం శాంతిః - సర్వము - శాంతి కూర్చుగాక!
శాంతి రేవ శాంతిః - శాంతియే శాంతి!
సామా శాంతిరేధి - ఆ శాంతి నాకు వర్ధిల్లు గాక!

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

తండ్రీ! శ్రీరామచంద్ర ప్రభూ! సర్వకాల సర్వ అవస్థలందును
మమ్మల్నందర్నీ కాపాడుకునే పూచీ నీదే తండ్రీ!
ఈశ్వరాంశ సంభూతుడైన గురుదేవా! మారుతీ! నీవే మాకు రక్ష!
రక్షమాం! రక్షమాం! పాహిమాం! పాహిమాం!
శరణు! శరణు! శరణు!
దాసోహం! తవదాసోహం! (3 సార్లు)

స్వీయ పరిచయం

జననం : తేది 15-03-1946న విజయనగరములో

తల్లిదండ్రులు : కీ॥శే॥ వెంకటరత్నం, కీ॥శే॥ భాస్కరరావు

ఉద్యోగం : తేది 15-03-1966న విశాఖపట్నం పోర్టు ట్రస్టులో అక్కౌంట్సు డిపార్టుమెంటులో క్లర్కుగా ప్రవేశం. 35 సంవత్సరముల తృప్తికరమైన విధ్యుక్త ధర్మం నిర్వర్తించి తేది 31-03-2001న హెడ్ క్యాషియర్‌గా స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణ.

ఆధ్యాత్మికరంగ ప్రవేశం :

సాధారణ జీవనము గడుపుతున్న యీ భవదీయుడిని **'గురుదేవులు శ్రీఆంజనేయస్వామి'** 1978లో మహిమ చూపి ఆధ్యాత్మిక మార్గములోనికి మార్చి ఇప్పటికీ కూడ సంగీతముతో పాటు ఏమీ తెలియని యీ సాధకునికి ఎన్నో యిచ్చారు. అందులో కొన్ని వివరాలు.

హనుమాన్ చాలీసా గానము : 1978 నుండి (2 లక్షలకు పైగా) సామూహిక అభిషేక సహిత హనుమాన్ చాలీసా గానములు జరుగుతున్నవి.

సంకీర్తనలు : 1978 నుండి అదరి దేముళ్ళ నామ సంకీర్తనలు అందరిచేత వంత పాడిస్తూ 6000లకు పైగా జరిగినవి.

సామూహిక శ్రీరామ కోటి లిఖిత యజ్ఞము : 1986లో ప్రారంభింపబడి తేది 14-02-2013 న విశాఖ పోర్టు సాలగ్రామ పురం శ్రీరామాలయములో 21 కోట్లు శ్రీరామనామములు నిక్షిప్తమయిన నాటికి మొత్తం 34 కోట్లు శ్రీరామనామములు సేకరించగలిగే భాగ్యం కలిగింది.

సుందరకాండ కథాగానము : 1995లో ప్రారంభింపబడి నేటికి అనగా తేది 8-04-2014 శ్రీరామనవమి నాటికి 715 కార్యక్రమములు జరిగినవి.

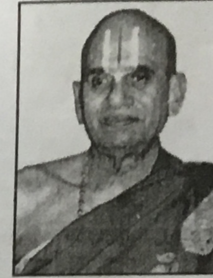
పుస్తకములు : 1989లో మహాత్ముల సందేశములతో కూడినా ఆధ్యాత్మిక దర్పణం ముద్రించబడి భక్తుల ప్రశంసలు అందుకున్నాది. 2010లో భక్తులు స్వయంగా చేసుకొనుటకు వీలుగా 'శ్రీహనుమద్వ్రతము' ముద్రించబడి ఆసక్తిగల భక్తులకు మార్గదర్శకమయినది.

కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

ఫోన్ : 0891 - 2559624, సెల్ : 98484 62805

జననం
తేది 06-04-1922
శ్రీరామనవమి







పరమ పదప్రాప్తి
తేది 07-06-2003
జ్యేష్ఠ శుక్ల అష్టమి

మహామహోపాధ్యాయ, ప్రవచన శిరోమణి, ఉభయ వేదాంత ప్రవర్తకులు

'శ్రీమాన్ శ్రీభాష్యం అప్పలాచార్యస్వామి'

దైవ సమానులైన శ్రీమాన్ శ్రీ భాష్యం అప్పలాచార్య స్వామి ముక్తి ధామం చేరి పుష్కరం అయినది. వారు భౌతికంగా లేరు. కాని ఇప్పటికీ వారు వేలాదిమంది హృదయాలలో చిరంజీవిగా ఉన్నారు. లక్షలాదిమంది వారి ప్రవచనములు విని పరవశులయ్యారు. వారు వక్త కాదు. వారు ప్రవక్త. నిజ జీవితములో సామాన్యముగా గడుపుతూ, తన జ్ఞాన సంపదతో తన ఋజు ప్రవర్తనతో తనను ఆరాధించే వారిని తన సంతతిగా పేర్కొనే ఉదార స్వభావులు వారు.

అంతటి పుణ్యమూర్తికి వారి మంగళాశాసనములతో
అనేక బృహత్కార్యములు చేయగలుగుతున్న
యీ సామాన్య సాధకుడు అశ్రునివాళులు అర్పిస్తున్నాడు.

కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

తేది 16-11-15

ఈ పుస్తకము ధరను తాను భరించి మీకు అందించుట ద్వారా లక్షప్రతుల వితరణ యజ్ఞమునందు భాగస్వామ్యము పొందిన భాగ్యశీలి :

పేరు : ....

అడ్రస్ : ....

....Phone : ....

		ప్రతులు
1987 నుండి 2005 వరకు జరిగిన 20 ముద్రణలలో		88,000
2005	: శ్రీ అర్ధగిరి ఆంజనేయస్వామి ఆలయంలో 510వ సుందరకాండ కార్యక్రమము సందర్భముగా 21వ ముద్రణ	5,000
2006	: శ్రీ వైకుంఠ ఏకాదశి నాడు భద్రాచలం శ్రీ సీతారామ చంద్రమూర్తి ఆలయంలో 516వ సుందరకాండ సందర్భముగా 22వ ముద్రణ	5,000
2007	: కార్తీక మాసములో నెల దినములు కొత్తూరు, శ్రీకాకుళం జిల్లా వేంకటేశ్వర ఆలయంనందు లక్ష హనుమాన్ చాలీసా సందర్భంగా 23వ ముద్రణ	5,000
2008	: శ్రీ ఆంజనేయస్వామి ఆలయం ఖమ్మంలో 585వ సుందరకాండ సందర్భముగా ప్రస్తుత 24వ ముద్రణ	5,000
2009	: శ్రీ వైకుంఠ ఏకాదశినాడు భద్రాచలం శ్రీరామచంద్రమూర్తి దేవస్థానములో 610వ సుందరకాండ సందర్భముగా ప్రస్తుత 25వ ముద్రణ	5,000
2010	: 11-9-10 వినాయక చవితి సందర్భముగా 26వ ముద్రణ	3,000
2014	: శ్రీరామనవమి సందర్భముగా విశాఖ ఎమ్.వి.పి. కోలనీలోని భగవాన్ శ్రీ సత్యసాయిబాబా మందిరంలో 715వ సుందరకాండ కథాగాన సందర్భముగా	5,000
	మొత్తం	**1,21,000**

పుస్తకములు దొరుకు స్థలము :

శ్రీమతి కనకలత

W/o శ్రీ కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ భాగవతార్

డోర్ నెం. 49-27-42, F/5, సాయి విఘ్నేశ్వర అపార్టుమెంట్స్

మధురానగర్, విశాఖపట్నం - 530 016.

ఫోన్ : 0891 - 2559624, సెల్ : 98484 62805

E-mail : kommuru.umaprasad@gmail.com,

Web : www.sundaraakaanda.blogspot.com

ఆర్య భాస్కర్ ప్రచురణలు :

వెల : **6 రూపాయలు**

రామకృష్ణ ప్రింటర్స్ ప్రై.లి., 49-24-5, మధురానగర్,

విశాఖపట్నం - 530 016., ఫోన్ : 2798072

మంగళా శాసనము

తులసీదాసు గోస్వామి మహాభక్తులు!

వారు హనుమత్సాక్షాత్కారమును పొందిన ధన్యులు!

వారు లౌకికమైన జీవితము నుండి ఆధ్యాత్మిక జీవితములోనికి మారి భక్తితత్పరులై 'శ్రీరామ - హనుమ' దర్శనం పొంది వారి అనుగ్రహము చేత, తమ నుండి ప్రసరించిన దివ్యవాణిచే రామాయణమును గానం చేశారు. అదే తులసీ రామాయణము. గానం అంటే సంగీతముతో ఉండాలనే అనుకుంటారు. అది సరికాదు. వారి ప్రయత్నమక్కరలేకుండా 'రామచంద్ర ప్రభువు', 'హనుమ' వారిచే పలికించినది తులసీ రామాయణము.

ఉత్తరదేశంలో తులసీదాసు గారి చేత 'అవధి' భాషలో రచింపబడిన తులసీ రామాయణమే రామాయణముగా ప్రసిద్ధినందినది. అది వారికి పవిత్ర గ్రంధము. అందులోనిదే 'హనుమాన్ చాలీసా'.

వాల్మీకి రామాయణములో 'సుందరకాండ' ఎంత శక్తివంతమైన మంత్రముగా భావింపబడుతున్నదో 'హనుమాన్ చాలీసా' అంతే దివ్య మంత్రముగా ఆదరింపబడుతున్నది. దానిని రోజూ 11 సార్లు ఆవృత్తి చేసిన వారికి సర్వారిష్టాలు తొలగి సర్వ శ్రేయములు సమకూరుతాయి. అది ఒక మంత్ర రాజము. దానిని నలుబది రోజులు నిత్యము 11 సార్లు దీక్షతో పఠించిన వారికి ఏ కోరికయైనను నెరవేరుతుంది. సర్వ సంపదలూ లభిస్తాయి. అది ప్రామాణికమైన, పవిత్రమైన దివ్యవాణిగా ప్రకాశిస్తోంది. చదివిన వారికి 'ఫలం' కరతలామలకం. 40 రోజులు పారాయణ చేసి ఫలం సిద్ధించని వారు లేరు!

నేడు హనుమాన్ చాలీసాను, సుందరకాండను లోకంలో విస్తారంగా, నిస్వార్థంగా, భక్తి భావముతో, తన్మయతతో కీర్తిస్తున్నారు శ్రీ కొమ్మూరు ఉమాప్రసాద్ గారు. వారు లౌకిక జీవనంలో ఉండగా 'హనుమ' వారినావేశించి వారిచే తమ సేవ చేయించుకుంటున్నాడు. వారికొక ప్రయోజనాపేక్ష లేదు. సుందరకాండ గానము, శ్రీరామకోటి లిఖితము,